

**市民の生活状況に関する調査  
(ひきこもりに関する実態調査)**

**報告書**

**令和6年3月  
昭島市**



## 目次

<b>I 調査の概要</b>	<b>1</b>
1. 調査目的	1
2. 調査項目	1
3. 調査対象	1
4. 調査時期	2
5. 調査方法	2
6. 調査実施機関	2
7. 標本抽出方法	2
8. 回収結果	2
9. 本報告書を読む際の留意点	3
10. 対象者の属性	4
<b>II 定義</b>	<b>7</b>
1. 広義のひきこもり群	7
2. 過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群	10
3. 回答者の家族における広義のひきこもり群	11
<b>III 調査の結果</b>	<b>13</b>
1 性別	13
2 年齢	14
3 同居者	15
4 同居人数	17
5 主生計者	18
6 暮らし向き	19
7 通院・入院経験のある病気やけが	20
8 通学状況	22
9 卒業・在学中の学校	23
10 これまでの経験	24
11 不登校のきっかけ	26
12 現在の就労・就学等の状況	27
13 働いた経験	29

14	就職または進学希望	31
15	就職活動	32
16	ふだん自宅でよくしていること	33
17	通信手段でふだん利用しているもの	35
18	ふだんの外出頻度	37
19	ひきこもりの状態になってからの期間	39
20	初めてひきこもりの状態になった年齢	41
21	ひきこもりの状態になったきっかけ	43
22	家族以外との会話の状況	45
23	ひきこもりの状態について関係機関に相談したいか	46
24	ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか	47
25	相談したくない理由	49
26	関係機関に相談した経験	51
27	相談した機関	52
28	相談した結果	54
29	過去の外出頻度	55
30	過去にひきこもりの状態だった期間	56
31	過去に初めてひきこもりの状態になった年齢	58
32	過去にひきこもりの状態になったきっかけ	60
33	ひきこもりの状態ではなくなったりきっかけや役立ったこと	62
34	自身にあてはまるここと	64
35	こころの状態	77
36	家族の状況	83
37	悩みを誰かに相談したいか	84
38	悩みを相談する相手	85
39	支援のあり方についての意見	87
40	現在や将来の不安	101
41	家族のふだんの外出頻度	116
42	家族の続柄	117
43	家族の性別	117
44	家族の年齢	118

45 家族がひきこもりの状態になってからの期間 .....	119
46 家族が初めてひきこもりの状態になった年齢 .....	120
47 家族がひきこもりの状態になったきっかけ .....	121
48 家族の通院・入院経験のある病気やけが .....	122
49 家族の通学状況 .....	123
50 家族の卒業・在学中の学校 .....	123
51 家族のこれまでの経験 .....	124
52 家族がふだん自宅でよくしていること .....	125
53 家族のひきこもりの状態について関係機関に相談したいか .....	126
54 家族のひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか .....	127
55 家族について関係機関に相談した経験 .....	128
56 家族について相談した機関 .....	128
57 家族について相談した結果 .....	129
<b>IV 調査票 .....</b>	<b>130</b>



## I 調査の概要

### 1. 調査目的

昭島市におけるひきこもり支援は子ども、障害、高齢介護、精神保健、生活困窮などの分野においてそれぞれの行政機関や関係機関とともに対応を図っているが全体としての実態把握は行われていなかった。厚生労働省により「ひきこもり支援体制」の構築に係る取組として「支援対象者の実態やニーズの把握」が示されたため、市内在住の満15歳から64歳までの方を対象に暮らしづくり、就労状況、ふだんの活動、外出の頻度等について調査し、今後のひきこもり支援のあり方について検討することを目的として実施した。

### 2. 調査項目

- (1) 基本的属性について (Q 1～Q 7)
- (2) 学校生活に関すること (Q 8～Q 9)
- (3) これまでの経験 (Q10～Q11)
- (4) 就労・就学等に関すること (Q12～Q15)
- (5) ふだんの活動に関すること (Q16～Q17)
- (6) ひきこもりの状態に関すること (Q18～Q22)
- (7) 相談機関に関すること (Q23～Q28)
- (8) ひきこもりの状態からの立ち直りに関すること (Q29～Q33)
- (9) 自分についてあてはまるごと (Q34～Q36)
- (10) 悩み事の相談に関するごと (Q37～38)
- (11) 支援のあり方についての意見 (Q39)
- (12) 現在や将来の不安 (Q40)
- (13) 家族の外出状況に関するごと (Q41)
- (14) 家族の基本的属性について (Q42～Q44)
- (15) 家族のひきこもりの状態に関するごと (Q45～Q48)
- (16) 家族の学校生活に関するごと (Q49～Q50)
- (17) 家族のこれまでの経験 (Q51)
- (18) 家族のふだんの活動に関するごと (Q52)
- (19) 家族について相談する機関に関するごと (Q53～Q57)

### 3. 調査対象

- (1) 調査対象者：満15歳から64歳の昭島市民
- (2) 標本数 : 3,000人
  - (内訳) 満15歳から39歳 : 1,500人
  - 満40歳から64歳 : 1,500人

# I 調査の概要

## 4. 調査時期

令和5年12月1日～12月15日

## 5. 調査方法

郵送送付、郵送方式とインターネット方式の併用回収

## 6. 調査実施機関

株式会社C C Nグループ

## 7. 標本抽出方法

昭島市住民基本台帳より無作為抽出

## 8. 回収結果

(1) 有効回収数(率) 804人 (26.8%)

(内訳) 郵送回答 : 493人 (有効回収数中61.3%)

インターネット回答 : 311人 ( 38.7%)

(2) 性年代別回収数(率)

男性				女性				その他		性別無回答	
年齢	標本数	回収数	回収率	年齢	標本数	回収数	回収率	年齢	回収数	年齢	回収数
15～19	133	24	18.0%	15～19	155	39	25.2%	15～19	2	15～19	1
20～29	313	40	12.8%	20～29	290	57	19.7%	20～29	1	20～29	2
30～39	294	74	25.2%	30～39	315	109	34.6%	30～39	0	30～39	0
40～49	352	77	21.9%	40～49	311	84	27.0%	40～49	1	40～49	1
50～59	340	91	26.8%	50～59	323	117	36.2%	50～59	1	50～59	5
60～64	96	34	35.4%	60～64	78	36	46.2%	60～64	0	60～64	3
不明	-	1	-	不明	-	0	-	不明	0	不明	4
計	1,528	341	22.3%	計	1,472	442	30.0%	計	5	計	16

## 9. 本報告書を読む際の留意点

- (1) 図表中の「n」は各設問の回答者数であり、100%が何人の回答に相当するかを示す、比率算出の基準である。
- (2) 標本誤差は回答者数（n）と得られた結果の比率によって異なるが、単純無作為抽出を仮定した場合の誤差（95%は信頼できる誤差の範囲）は下表のとおりである。

回答の比率 基準（n）	10%または 90%前後	20%または 80%前後	30%または 70%前後	40%または 60%前後	50%前後
1,000	±1.90%	±2.53%	±2.90%	±3.10%	±3.16%
804	±2.12%	±2.82%	±3.23%	±3.46%	±3.53%
800	±2.12%	±2.83%	±3.24%	±3.46%	±3.54%
400	±3.00%	±4.00%	±4.58%	±4.90%	±5.00%
200	±4.24%	±5.66%	±6.48%	±6.93%	±7.07%
100	±6.00%	±8.00%	±9.17%	±9.80%	±10.00%

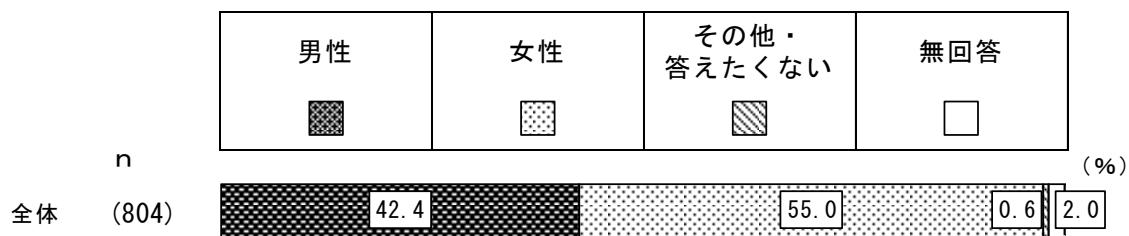
なお、誤差には回答者の誤解などによる計算不能な非標本誤差もある。

- (3) 調査結果の比率（%）は、小数点第2位を四捨五入して算出した。したがって、すべての比率を合計しても100.0%にならないことがある。
- (4) 統計表等に用いた符号は次のとおりである。
- 0.0 : 回答者がいないもの  
- : 内閣府調査（後述）との比較において、本調査または内閣府調査では選択肢が存在しない項目  
M. T. : Multiple total（複数合計）の略で、複数回答設問における回答数の合計を回答者数（n）で割った比率であり、その値は100.0%を超えることがある。
- (5) 設問によっては、選択肢ごとに点数（かっこ書きの数字で表記）をつけ、平均点を算出しているものがある。
- (6) 設問によっては、複数の選択肢をまとめて割合を算出しているものがある。その際、各選択肢を答えた人数の合計を回答者数（n）で割った上で小数点第2位を四捨五入して算出した。したがって、図表に表示されている各選択肢の比率（%）の合計とは一致していない場合がある。
- (7) 項目の選択肢の文章が長い場合、図表上では文言の一部を省略している場合がある。
- (8) Q1～Q36（Q11、Q34、Q35を除く）においては、平成30年度に内閣府が実施した「生活状況に関する調査」（以下、「内閣府調査」）の回答結果との比較を行っている。内閣府調査の対象は40～64歳であるため、比較に当たっては昭島市の回答者のうち40～64歳に限定して算出した比率（%）を用いている。

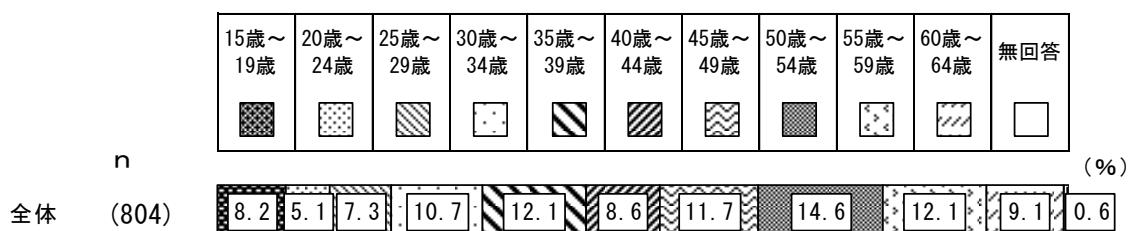
## I 調査の概要

### 10. 対象者の属性

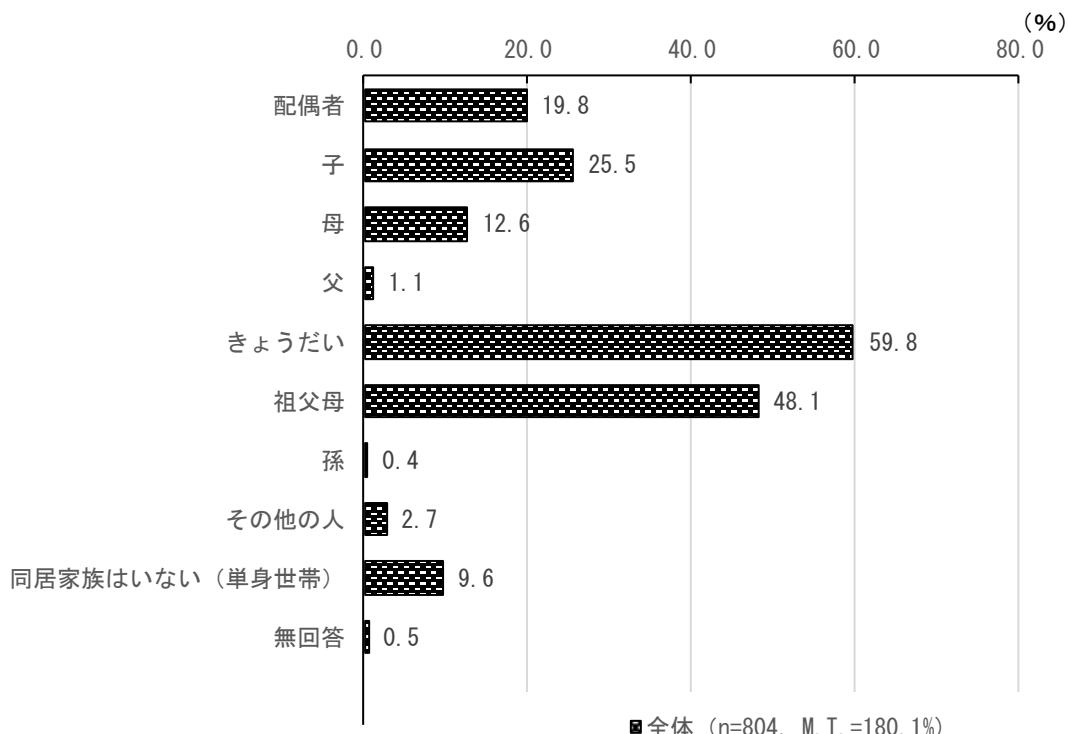
#### (1) 性別



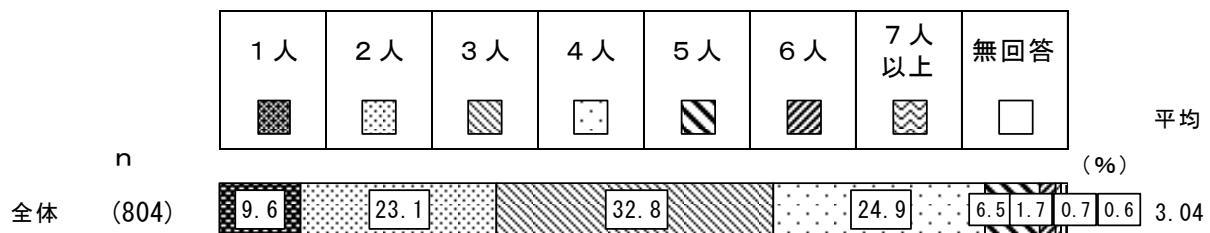
#### (2) 年齢



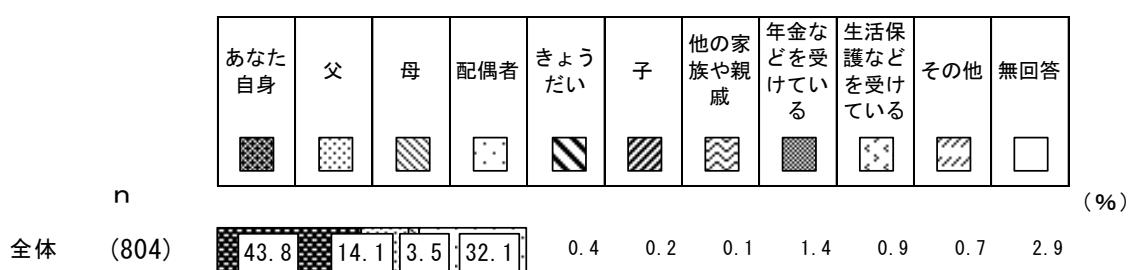
#### (3) 同居者



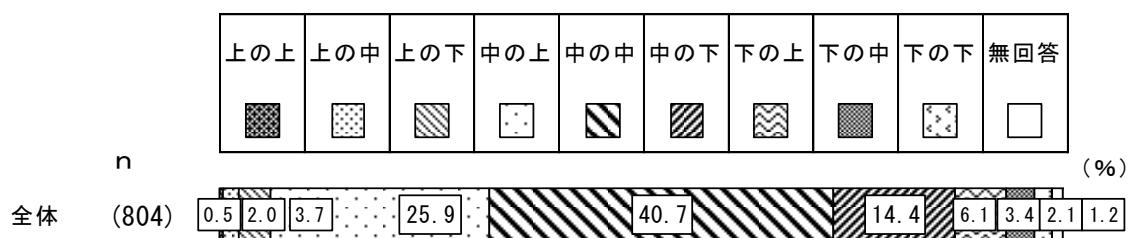
## (4) 同居人数



## (5) 主生計者

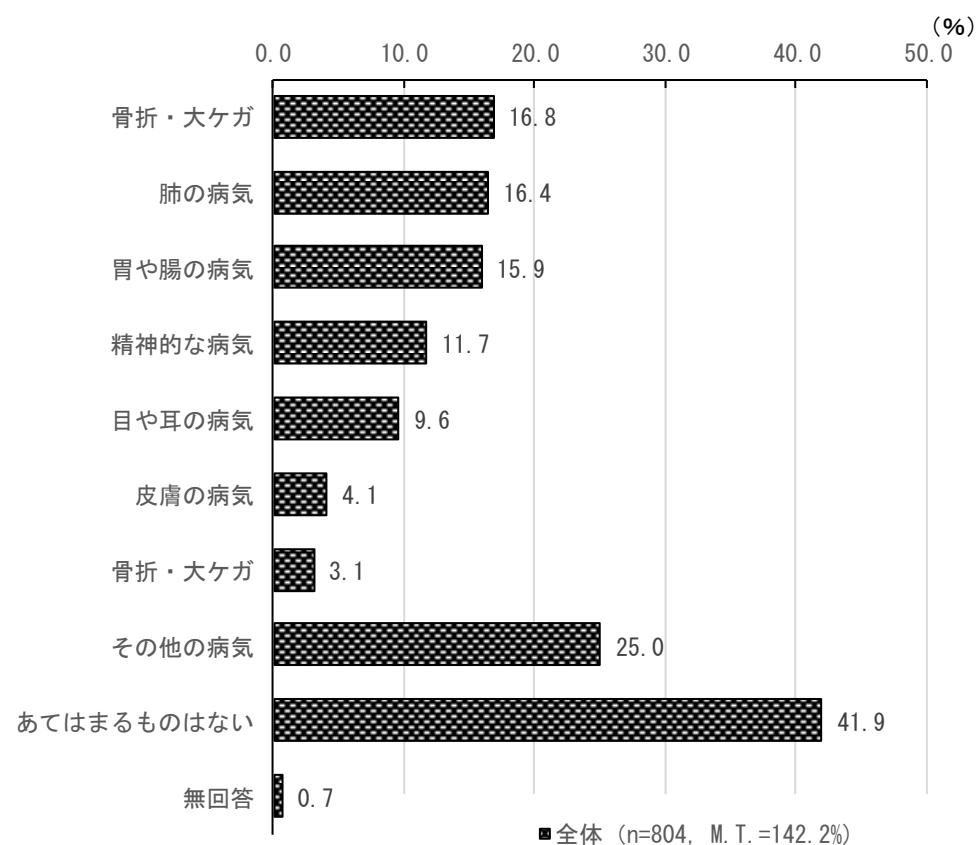


## (6) 暮らし向き



## I 調査の概要

### (7) 通院・入院経験のある病気やけが



## II 定義

### 1. 広義のひきこもり群

平成30年度に内閣府が実施した「生活状況に関する調査」の定義を基に、今回の調査では、以下のように定義する。

- 「Q18 あなたは、ふだんどのくらい外出しますか。」について、下記の5～8に当てはまる者
- 5 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する
  - 6 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
  - 7 自室からは出るが、家からは出ない
  - 8 自室からほとんど出ない

かつ、

- 「Q19 現在の状態となってどのくらい経ちますか。」について、6か月以上と回答した者

であって、次の3類型のいずれにも該当しない者。

#### 類型①：身体的病気を有する

- 「Q21 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「9 病気（病名：）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者（※注1）

#### 類型②：妊娠・出産・育児、または家事・介護・看護をしており、家族以外の人とも会話している

- A 〔Q21 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。〕で、
- ①「10 妊娠したこと」を選択した者
  - ②「12 介護・看護を担うことになったこと」を選択した者
  - ③「13 その他（具体的に：）」を選択し、カッコ内に出産・育児をしている旨を記入した者

- B 〔Q12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。〕で、
- 「6 専業主婦・主夫」または「7 家事手伝い」と回答した者

- C 〔Q16 あなたがふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。〕で、
- 「9 家事をする」、「10 育児をする」または「11 介護・看護をする」と回答した者

上記A B Cのいずれかに該当し、かつ、

- 「Q22 最近6か月間に家族以外の人と会話しましたか。」で、

- 「1 よく会話した」または「2 ときどき会話した」を選択した者

## II 定義

類型③：仕事をしている

〔Q21 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。〕で、  
〔13 その他（具体的に： ）〕を選択し、カッコ内に自宅で仕事をしている旨を記入した者  
（※注2）

〔Q12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。〕で、  
〔1 勤めている（正社員）〕〔2 勤めている（契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト）〕  
または〔3 自営業・自由業〕と回答した者

または

〔Q16 あなたがふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけて  
ください。〕で、〔8 仕事をする〕と回答した者

（※注3）

該当者数は8人であった（有効回収数に占める割合：1.00%）。

このうち、「Q18 あなたは、ふだんどのくらい外出しますか。」で「6 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「7 自室からは出るが、家からは出ない」または「8 自室からほとんど出ない」に該当する者を「狭義のひきこもり」、Q18で「5 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する」に該当する者を「準ひきこもり」とし、「狭義のひきこもり」と「準ひきこもり」の合計を「広義のひきこもり」とする。

なお、家族以外の人との会話の状況等を考慮し、ひきこもりに該当するかどうかを判断することとした「Q12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。」「Q16 あなたがふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。」「Q21 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「専業主婦・主夫」「家事手伝い」「家事をする」「育児をする」等を記入した者での広義のひきこもり群該当者は、8人中2人であった。

（※注1）「Q20 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「15 その他（具体的に： ）」を選択し、外出が困難となる身体的理由を記入した者等についても、「9 病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者と同様に判断した。

（※注2）新型コロナウイルス感染症（コロナ禍）により在宅勤務になった旨を記入した者を含む。

（※注3）広義のひきこもり群の者の中には、上記類型③の該当者も含まれているが、回答状況や自由記述等の内容をふまえて判断した。

昭島市住民基本台帳人口（令和5年12月1日現在）によれば、昭島市の15～64歳人口は70,371人であるため、広義のひきこもりの推計数は以下の計算より約700人となる。

有効回収数に占める割合（該当人数8人／有効回収数804人）×70,371人＝推計数（人）

	該当人数 (人)	有効回収数に 占める割合 (%)	推計数 (人)	
ふだんは家にいるが、自分の趣味に 関する用事のときだけ外出する	5	0.62	436	準ひきこもり 436人
ふだんは家にいるが、近所のコンビニ などには出かける	3	0.37	260	狭義のひきこもり 260人
自室からは出るが、家からは出ない	0	0.00	0	
自室からほとんど出ない	0	0.00	0	
総計	8	1.00	700	広義のひきこもり 700人

(※注4)

(※注4) 該当人数以外の表の数値については四捨五入している。そのため、「準ひきこもり」と「狭義のひきこもり」の推計数の合計と「広義のひきこもり」の推計数とは一致しない。

また、広義のひきこもりの出現率の標本誤差は±0.69%（信頼度95%）であった。

## II 定義

### 2. 過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群

今回の調査では、以下のように定義する。

「Q29 あなたは、過去に6か月以上連續して、以下のような状態になったことはありますか。」について、下記の1～4に当てはまる者

- 1 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する
- 2 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
- 3 自室からは出るが、家からは出ない
- 4 自室からほとんど出ない

であって、

「Q32 あなたがその状態になったきっかけは何でしたか。」で、「9 病気（病名：）」を選択してカッコ内に身体的病気の病名を記入した者及び「13 その他（具体的に：）」を選択してカッコ内に自宅で仕事をしている旨を記入した者（※注5）

を除いた者。

該当者数は49人であった。（※注6）

（※注5）「Q32 あなたがその状態になったきっかけは何でしたか。」で、「13 その他（具体的に：）」を選択し、外出が困難となる身体的理由を記入した者等についても、「9 病気（病名：）」を選択して身体的病気の病名を記入した者と同様に判断した。また、新型コロナウイルス感染症（コロナ禍）により在宅勤務になった旨を記入した者も含む。

（※注6）平成30年度に内閣府が実施した「生活状況に関する調査」では、「あなたは今までに6か月以上連續して、以下のような状態になったことはありますか。」に「趣味の用事のときだけ外出する」と回答し、かつ、対象者の同居者に尋ねた「調査対象者の方は今までに6か月以上連續して、以下のような状態になったことはありますか。」という質問に、「1～4のような状態（※注7）に6か月以上連續してなったことはない」と回答したものを除いて過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群を定義している。本調査においては同居者票がないため該当者の人数の見方については注意が必要である。

（※注7）「1～4のような状態」とは以下のとおり。

1. 趣味の用事のときだけ外出する
2. 近所のコンビニなどには出かける
3. 自室からは出るが、家からは出ない
4. 自室からほとんど出ない

### 3. 回答者の家族における広義のひきこもり群

今回の調査では、以下のように定義する。

「Q41 同居するご家族等についてお聞きします。その方は、ふだんどのくらい外出しますか。」について、下記の5～8に当てはまる者

- 5 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する
- 6 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
- 7 自室からは出るが、家からは出ない
- 8 自室からほとんど出ない

かつ、

「Q45 その方が現在の状態となってどのくらい経ちますか。」について、6か月以上と回答した者

であって、次の3類型のいずれにも該当しない者。

類型①：身体的病気を有する

「Q47 その方が現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「9 病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者（※注8）

類型②：妊娠・出産・育児、または家事・介護・看護をしている

〔「Q47 その方が現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、  
 ①「10 妊娠したこと」を選択した者  
 ②「12 介護・看護を担うことになったこと」を選択した者  
 ③「13 その他（具体的に： ）」を選択し、カッコ内に出産・育児をしている旨を  
 記入した者〕

または

〔「Q52 その方がふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけて  
 ください。」で、「9 家事をする」、「10 育児をする」または「11 介護・看護をする」  
 と回答した者〕

## II 定義

### 類型③：仕事をしている

〔「Q47 その方が現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、  
「13 その他（具体的に： ）」を選択し、カッコ内に自宅で仕事をしている旨を記入した者  
(※注9)〕

または

〔「Q52 その方がふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけて  
ください。」で、「8 仕事をする」と回答した者〕

該当者の人数は18人であった。

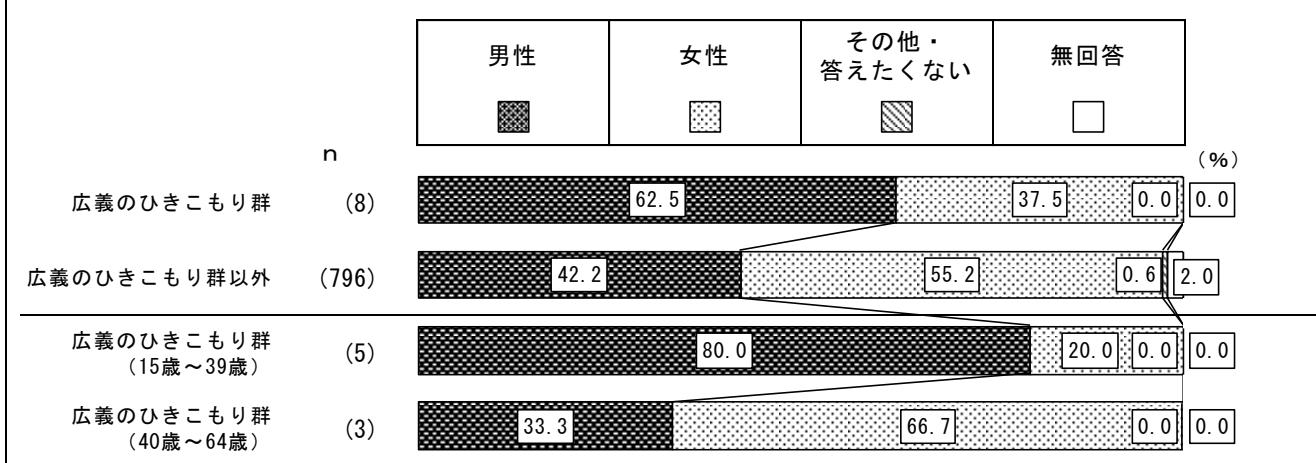
(※注8)「Q47 その方が現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「13 その他（具体的に： ）」を選択し、外出が困難となる身体的理由を記入した者等についても、「9 病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者と同様に判断した。

(※注9) 新型コロナウイルス感染症（コロナ禍）により在宅勤務になった旨を記入した者を含む。

### III 調査の結果

#### 1 性別

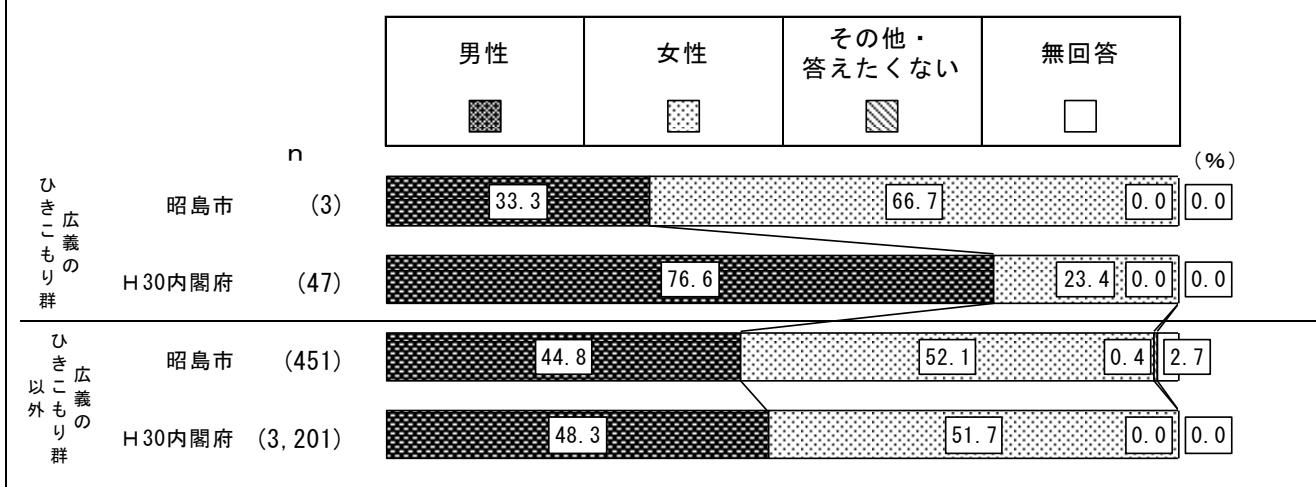
##### Q1 あなたの性別をお答えください。(○はひとつだけ)



性別について、広義のひきこもり群では「男性」が62.5%で「女性」が37.5%と男性の方が高くなっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「男性」が42.2%で「女性」が55.2%と女性の方が高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「男性」が80.0%と女性よりも高くなっているのに対して、「40歳～64歳」では「女性」が66.7%と男性よりも高くなっている。

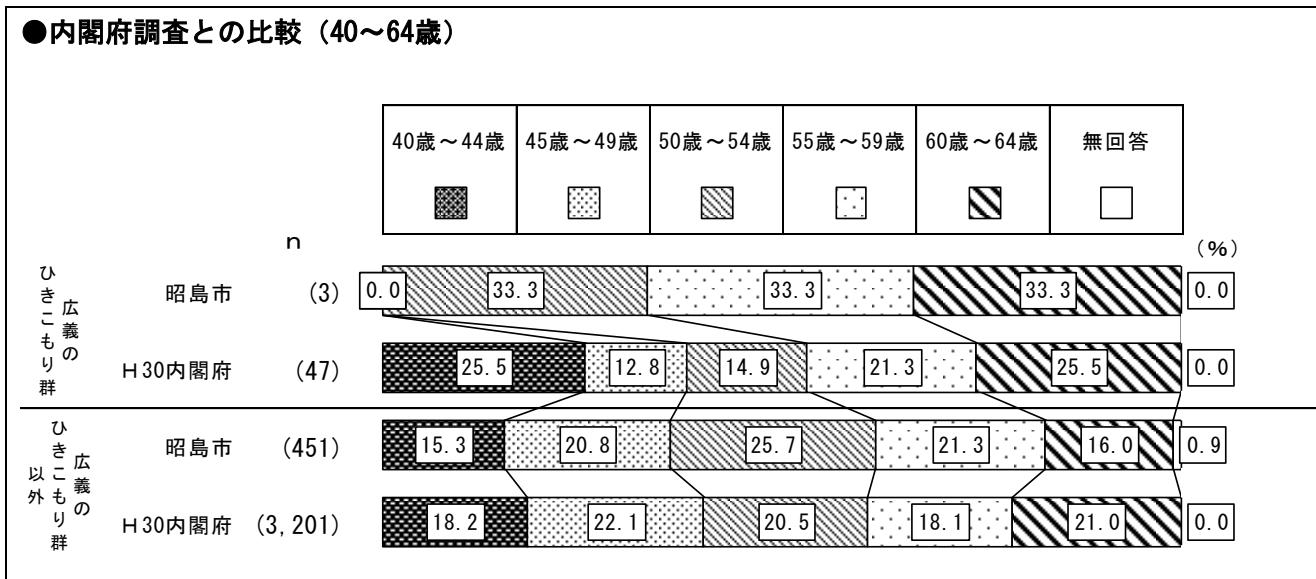
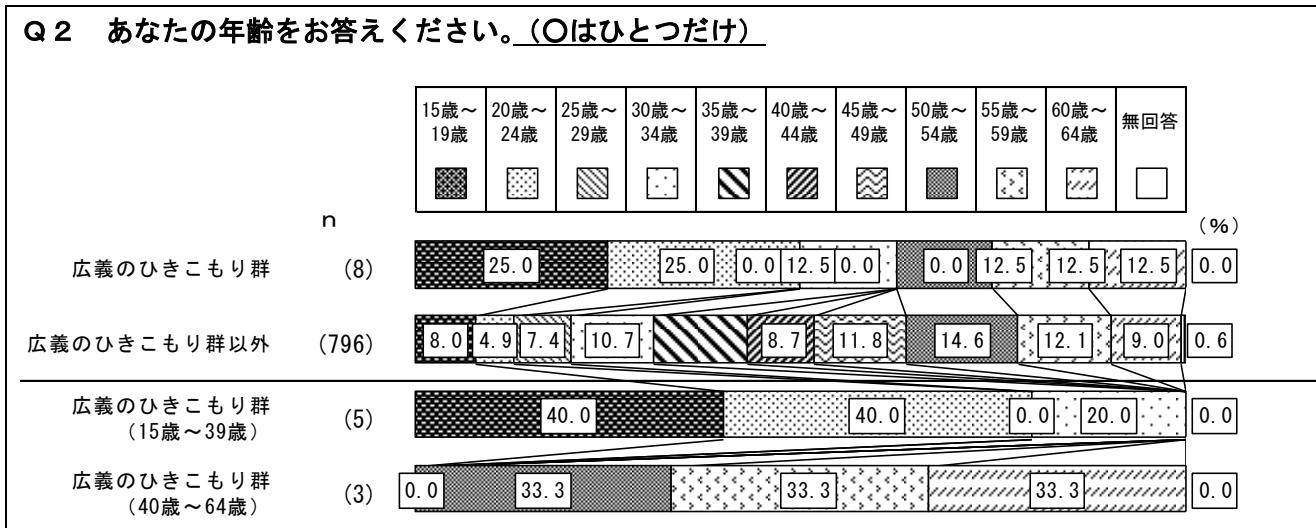
##### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、内閣府調査では男性の方が女性よりも顕著に高い割合となっているのに対して、昭島市では女性の方が高い割合となっている。

### III 調査の結果

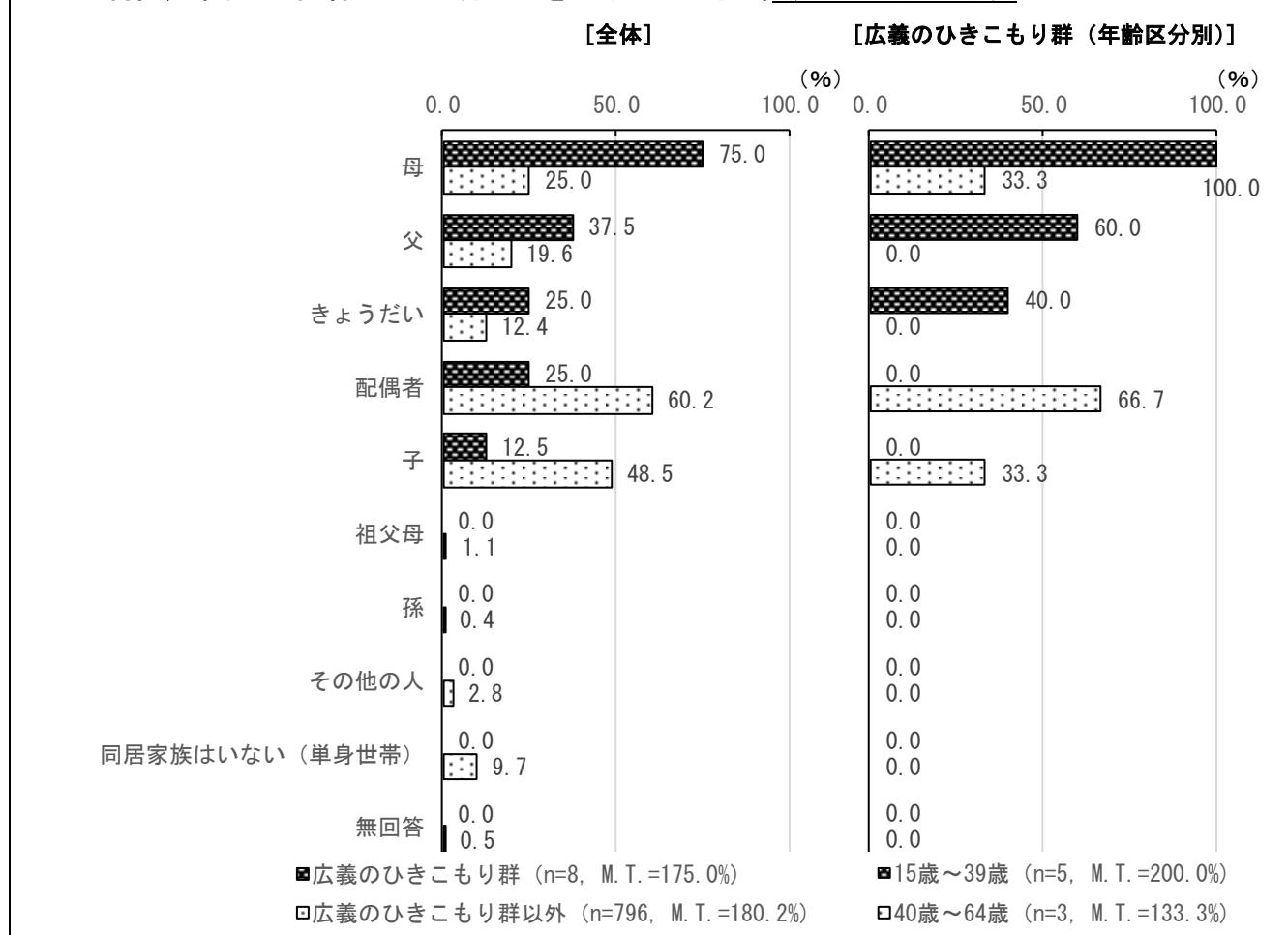
#### 2 年齢



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、昭島市では「50～54歳」「55～59歳」「60～64歳」が内閣府調査よりも高い割合となっている。

## 3 同居者

## Q3 現在、あなたと同居している方に○をつけてください。(○はいくつでも)

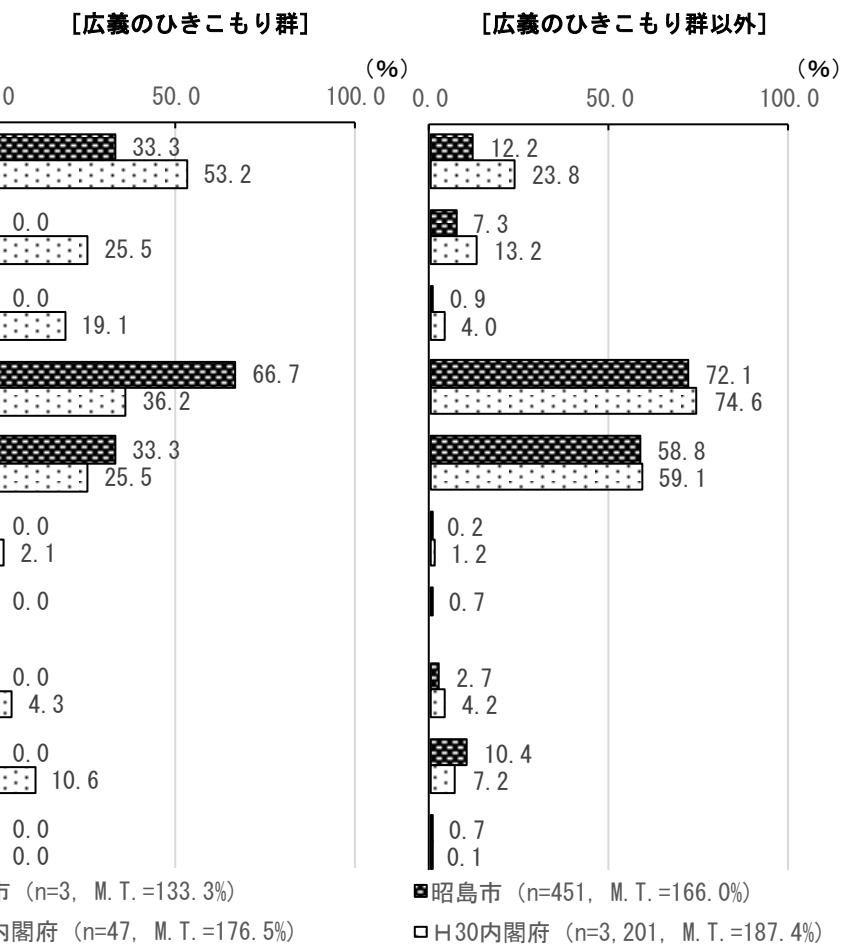


同居者について、広義のひきこもり群では「母」(75.0%)、「父」(37.5%)、「きょうだい」「配偶者」(ともに25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「配偶者」(60.2%)、「子」(48.5%)、「母」(25.0%)、「父」(19.6%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「母」(100.0%)、「父」(60.0%)、「きょうだい」(40.0%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「配偶者」(66.7%)、「母」「子」(ともに33.3%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

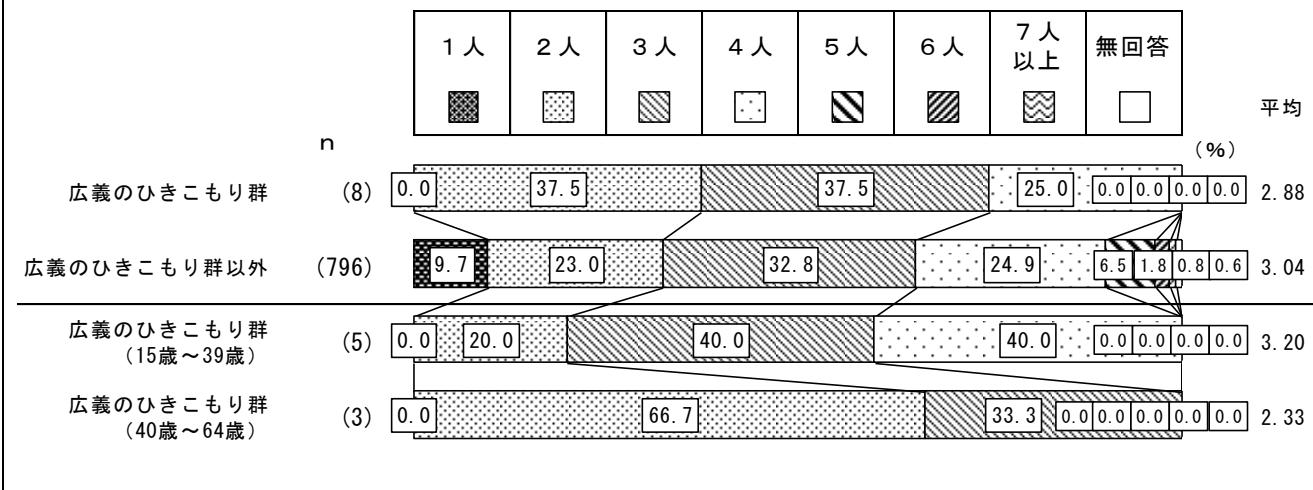


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、昭島市では「配偶者」「子」が内閣府調査よりも高く、「母」「父」「きょうだい」「子」「祖父母」「その他の人」「同居家族はいない（単身世帯）」が内閣府調査よりも低い割合となっている。

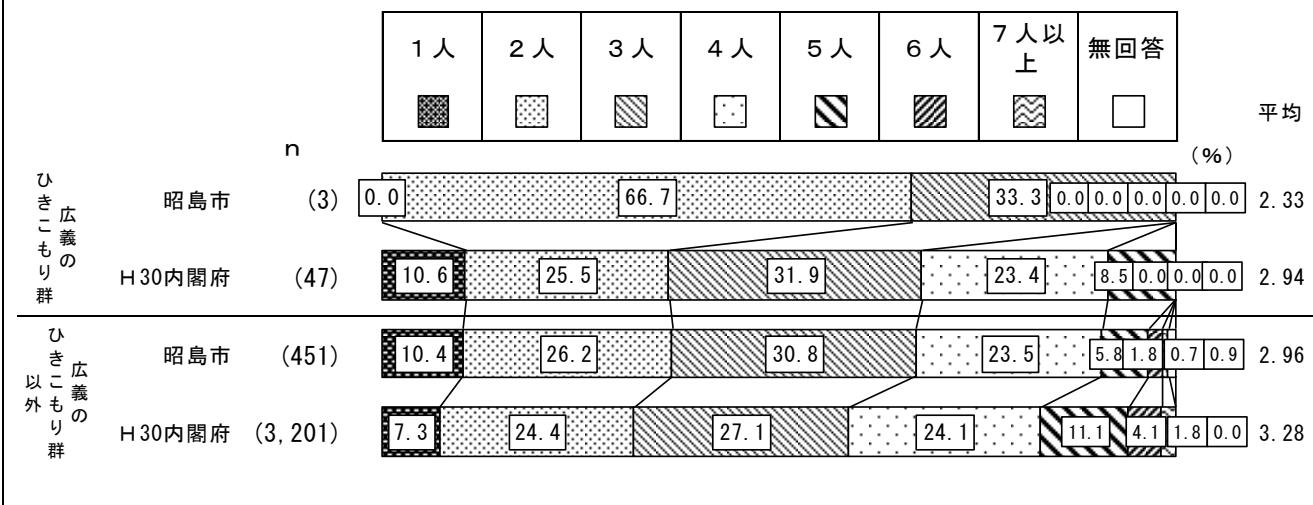
## 4 同居人数

Q 4 現在、同居している人は合計で何人ですか。あなたも含めた人数を記入してください。

(数字で具体的に、Q 3で「9 同居家族はいない（単身世帯）」と回答した場合は「1人」と記入してください。)



## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)

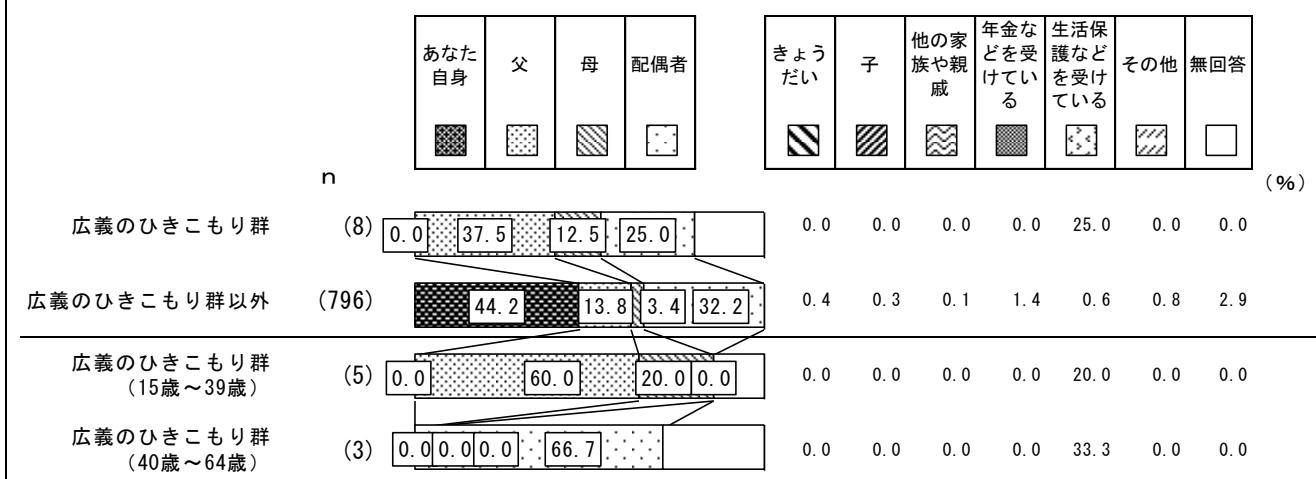


内閣府調査と比較すると、平均同居人数について、広義のひきこもり群と広義のひきこもり群以外のどちらの群においても、内閣府調査の方が多くなっている。

### III 調査の結果

#### 5 主生計者

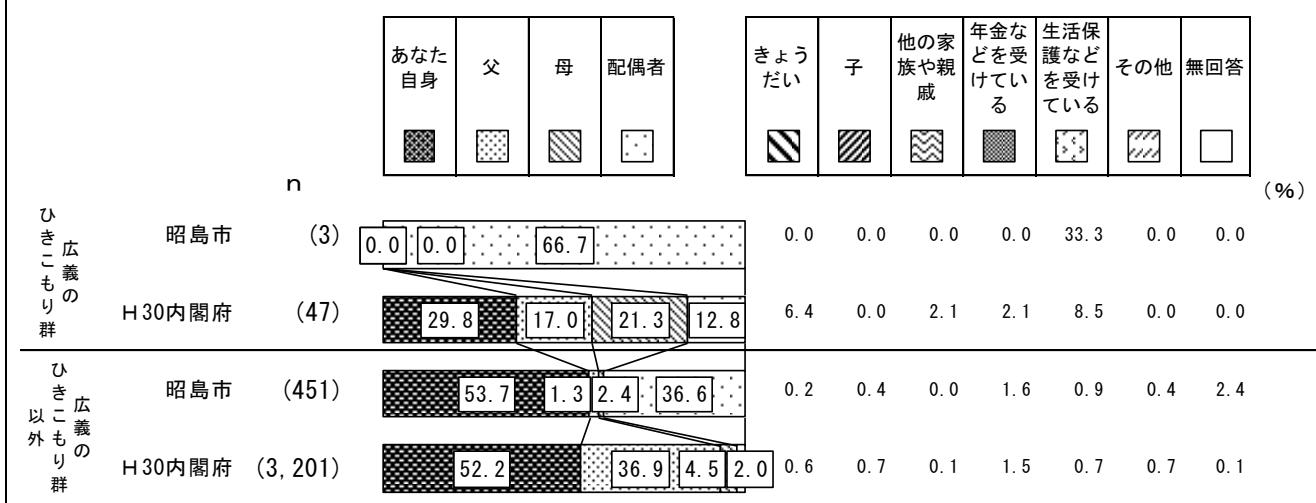
**Q5 あなたの家の生計を立てているのは、主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にしてくれている人をお答えください。(○はひとつだけ)**



主生計者について、広義のひきこもり群では「父」(37.5%)、「配偶者」「生活保護などを受けている」(ともに25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「あなた自身」(44.2%)、「配偶者」(32.2%)、「父」(13.8%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「父」(60.0%)、「母」「生活保護などを受けている」(ともに20.0%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「配偶者」(66.7%)、「生活保護などを受けている」(33.3%)の順になっている。

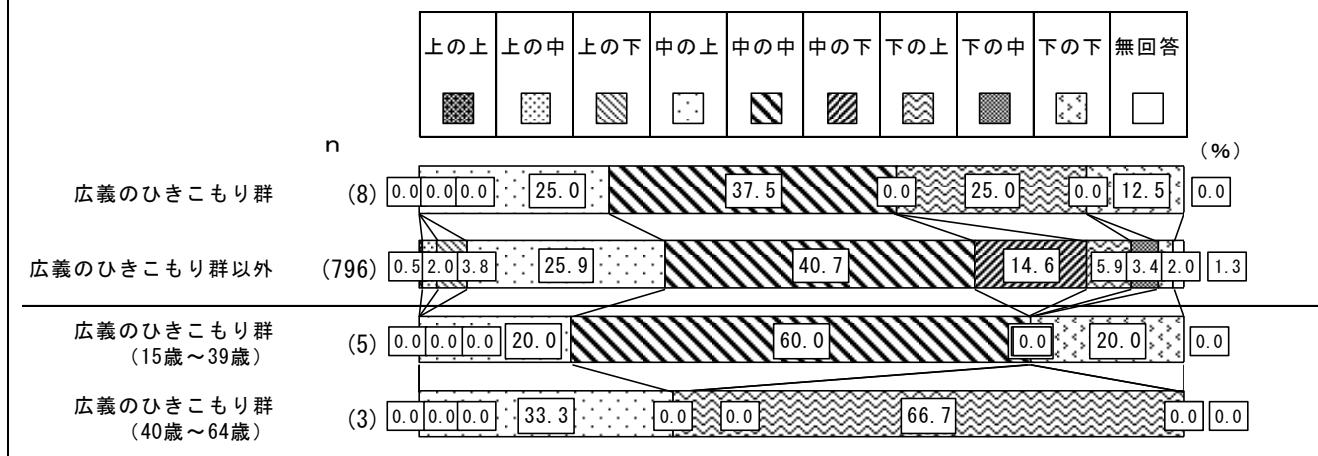
#### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「あなた自身」「父」「母」「きょうだい」「他の家族や親戚」「年金などを受けている」は内閣府調査の方が、「配偶者」「生活保護などを受けている」は昭島市の方が、それぞれ高い割合となっている。

## 6 暮らし向き

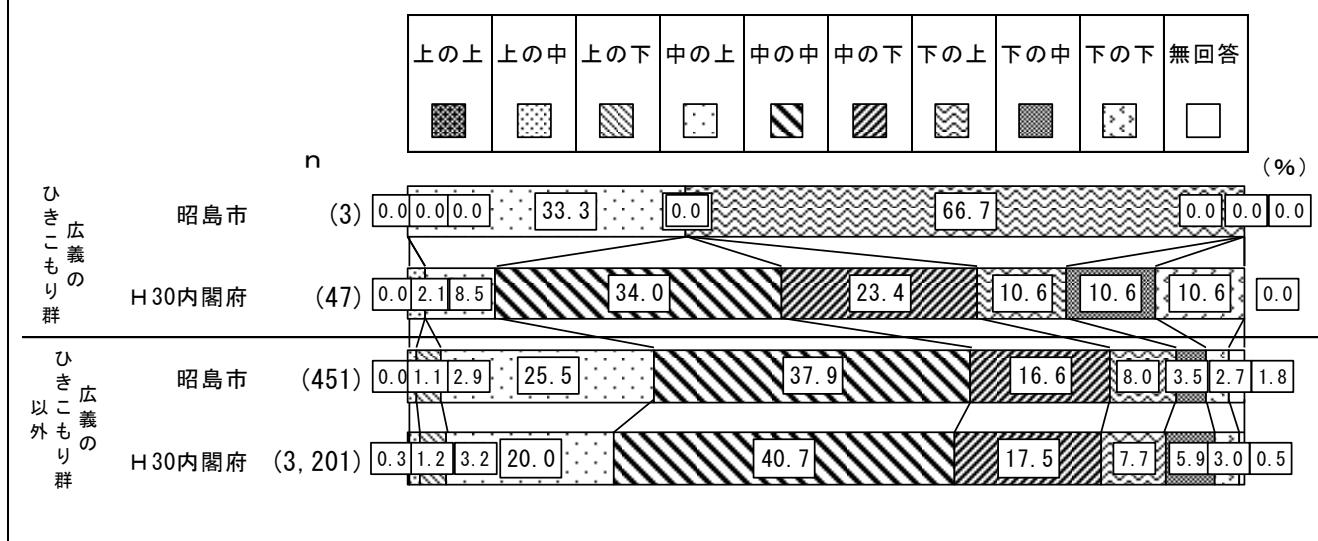
**Q6 あなたの家の暮らし向き（衣・食・住・レジャーなどの物質的な生活水準）は、世間一般と比べてみて、どれにあたると思われますか。あなたの実感でお答えください。（○はひとつだけ）**



暮らし向きについて、『中』（「中の上」 + 「中の中」 + 「中の下」）は広義のひきこもり群が62.5%で広義のひきこもり群以外が81.2%と18.7ポイントの差があり、『下』（「下の上」 + 「下の中」 + 「下の下」）は広義のひきこもり群が37.5%で広義のひきこもり群以外が11.3%と26.2ポイントの差がある。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では『中』が80.0『下』が20.0%であるのに対して、「40歳～64歳」では『中』が33.3%で『下』が66.7%となっている。

●内閣府調査との比較（40～64歳）

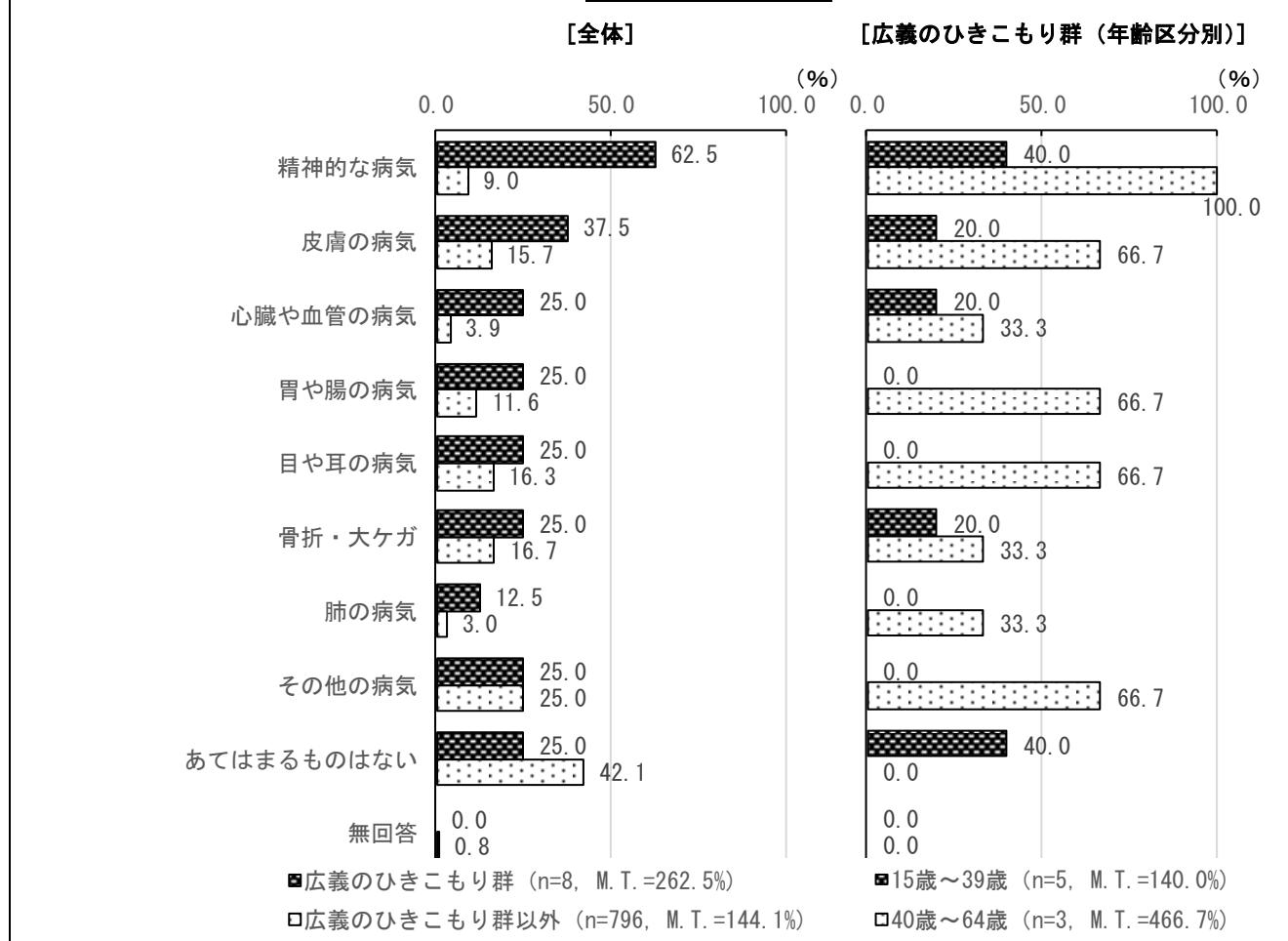


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『下』（「下の上」 + 「下の中」 + 「下の下」）が昭島市では66.7%、内閣府調査では31.8%と、昭島市の方が34.9ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

#### 7 通院・入院経験のある病気やけが

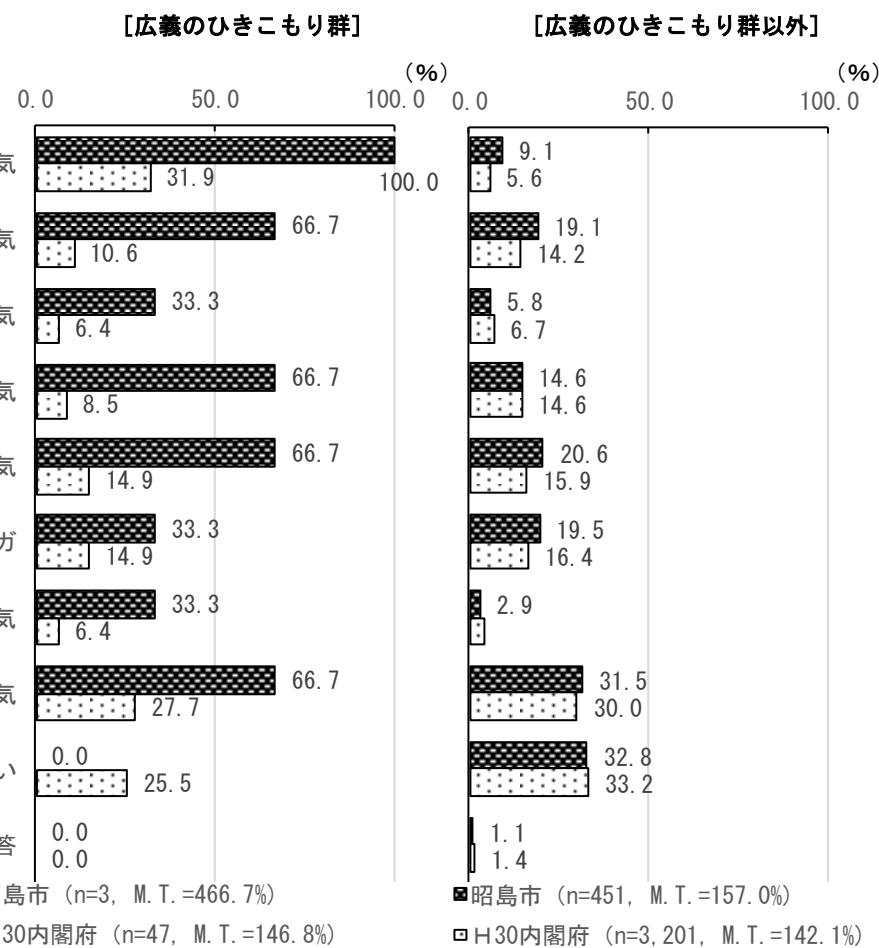
Q7 あなたはこれまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことのある病気に○をつけてください。(○はいくつでも)



通院・入院経験のある病気やけがについて、「その他の病気」「あてはまるものはない」を除くと、広義のひきこもり群では「精神的な病気」(62.5%)、「皮膚の病気」(37.5%)、「心臓や血管の病気」(25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「骨折・大ケガ」(16.7%)、「目や耳の病気」(16.3%)、「皮膚の病気」(15.7%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「精神的な病気」(40.0%)、「皮膚の病気」「心臓や血管の病気」「骨折・大ケガ」(すべて20.0%)の順になっており、「40歳～64歳」では「精神的な病気」(100.0%)、「皮膚の病気」「胃や腸の病気」「目や耳の病気」「その他の病気」(すべて66.7%)、「心臓や血管の病気」「骨折・大ケガ」「肺の病気」(すべて33.3%)の順になっている。

## ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

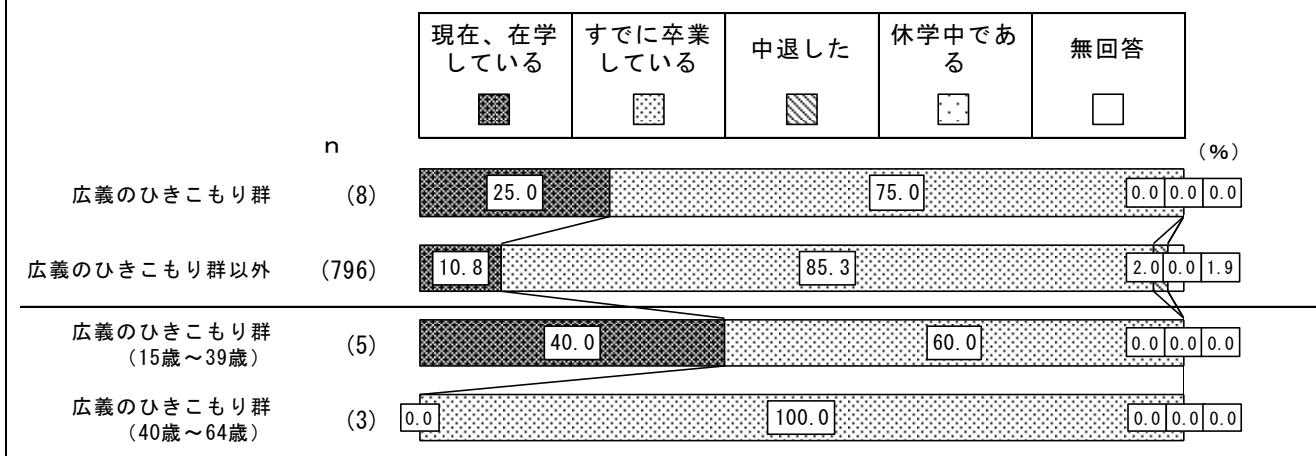


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「あてはまるものはない」以外のすべての項目で昭島市の方が内閣府調査よりも高い割合となっている。

### III 調査の結果

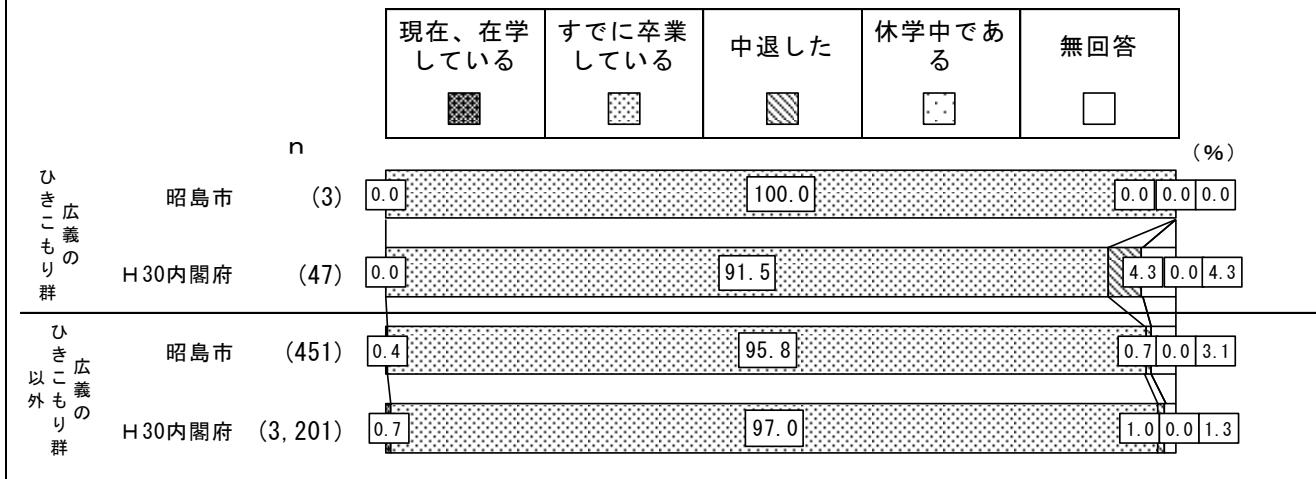
#### 8 通学状況

##### Q8 あなたは現在、学校に通っていますか。(○はひとつだけ)



通学状況について、「中退した」が広義のひきこもり群では0.0%、広義のひきこもり群以外では2.0%と、2.0ポイントの差がある。

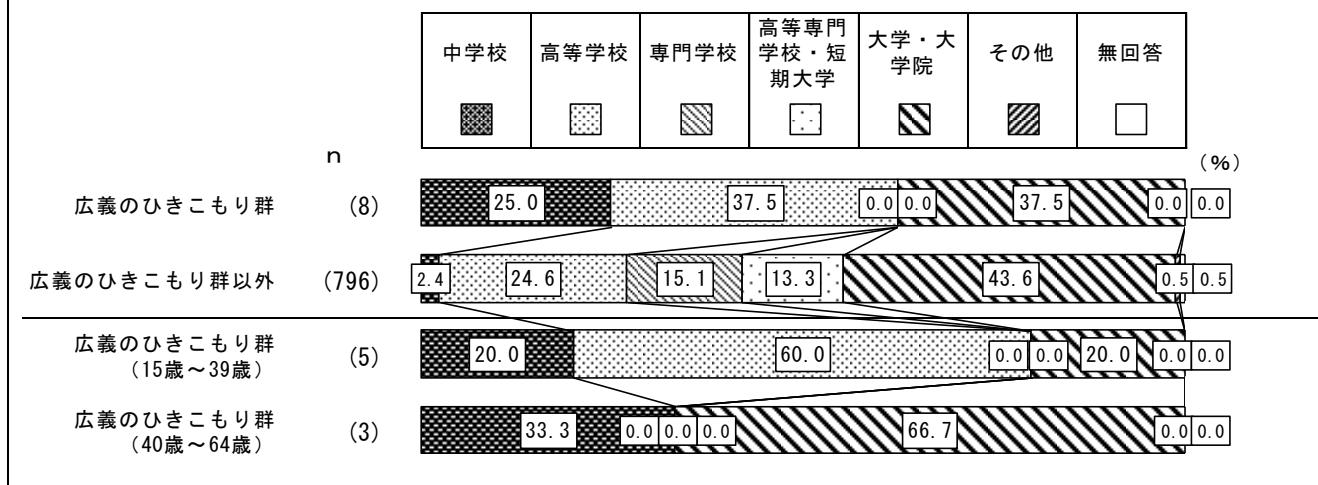
##### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「中退した」が昭島市では0.0%、内閣府調査では4.3%と、4.3ポイントの差がある。

## 9 卒業・在学中の学校

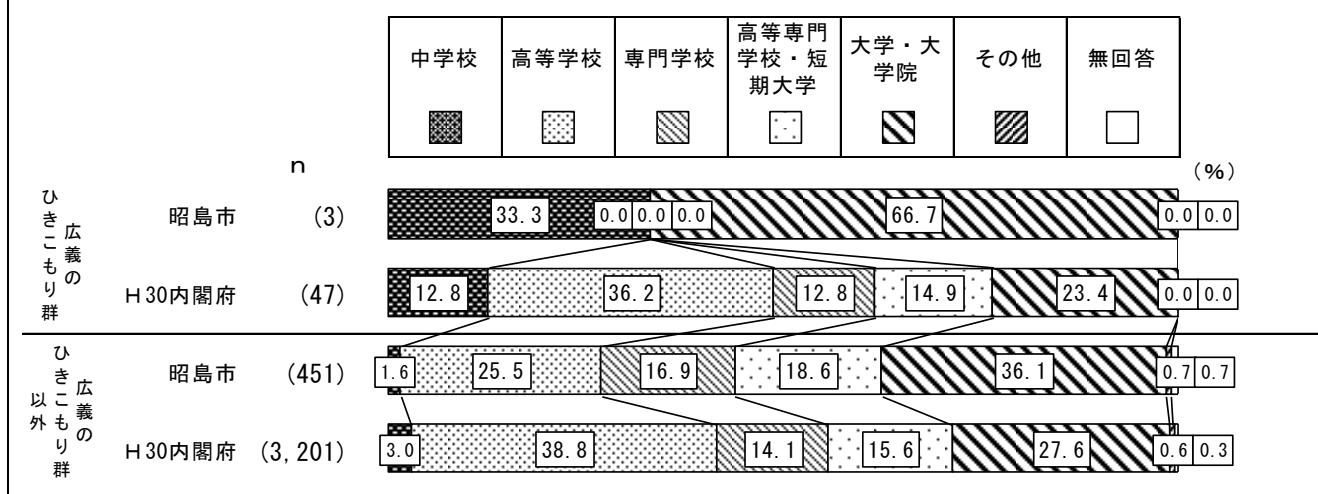
Q9 あなたが最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。  
(○はひとつだけ)



卒業・在学中の学校について、広義のひきこもり群では「高等学校」「大学・大学院」(ともに37.5%)、「中学校」(25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「大学・大学院」(43.6%)、「高等学校」(24.6%)、「専門学校」(15.1%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「高等学校」が60.0%、「中学校」「大学・大学院」がともに20.0%の順になっているのに対して「40歳から64歳」では「大学・大学院」が66.7%「中学校」が33.3%の順となっている。

## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)

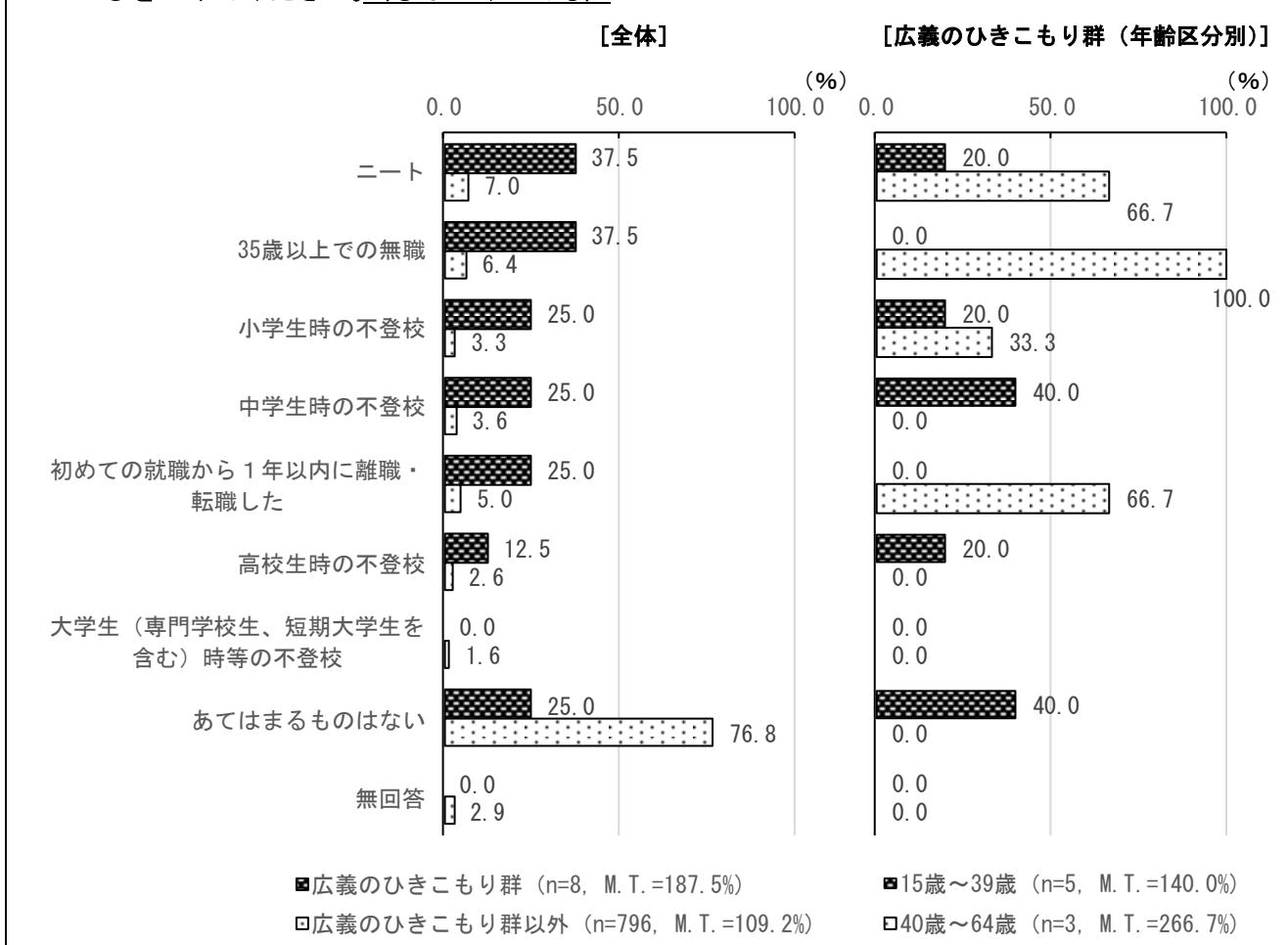


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「中学校」「大学・大学院」は昭島市の方が、「高等学校」「専門学校」「高等専門学校・短期大学」は内閣府調査の方が、それぞれ高い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 10 これまでの経験

Q10 あなたはこれまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)



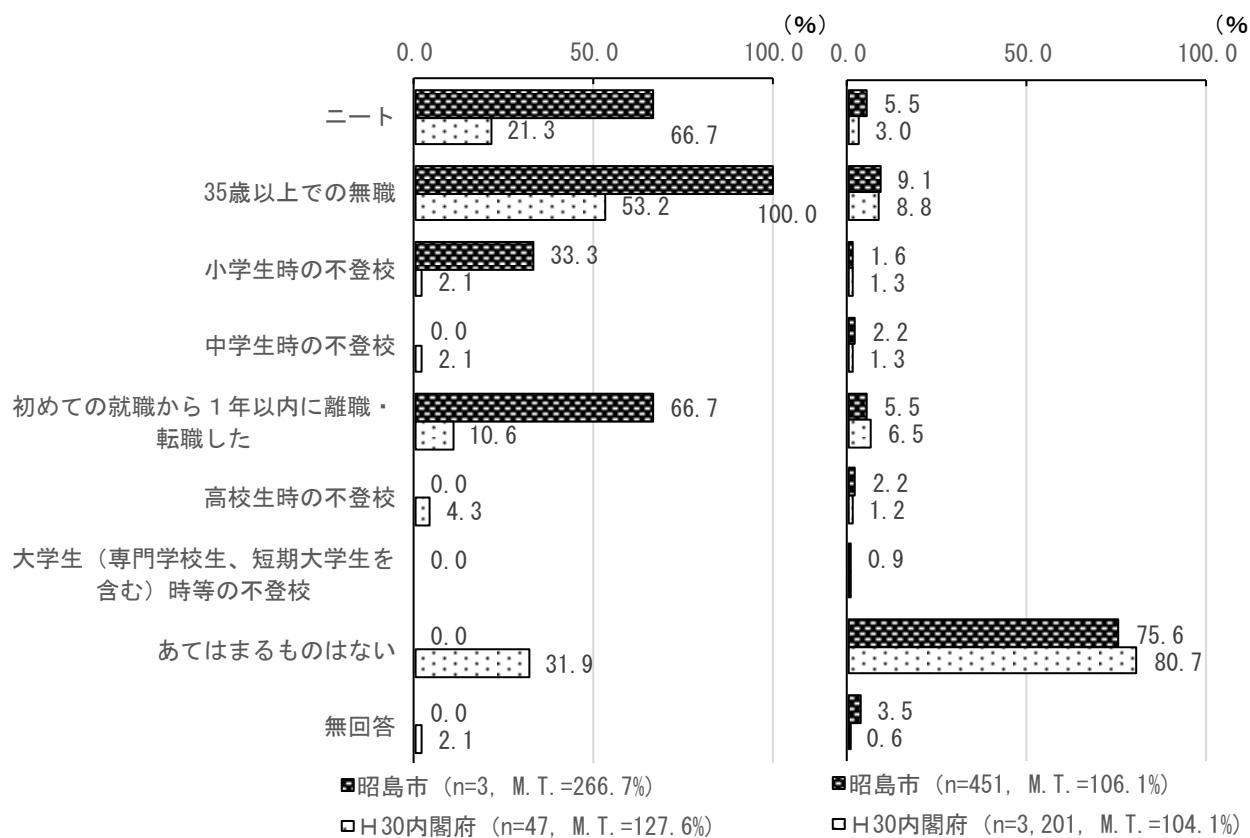
これまでの経験について、広義のひきこもり群では「ニート」「35歳以上での無職」(ともに37.5%)、「小学生時の不登校」「中学生時の不登校」「初めての就職から1年以内に離職・就職した」(すべて25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「ニート」(7.0%)、「35歳以上での無職」(6.4%)、「初めての就職から1年以内に離職・転職した」(5.0%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「中学生時の不登校」(40.0%)が、「40歳～64歳」では「35歳以上での無職」(100.0%)が、それぞれ最も高い割合となっている。

## ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

[広義のひきこもり群]

[広義のひきこもり群以外]



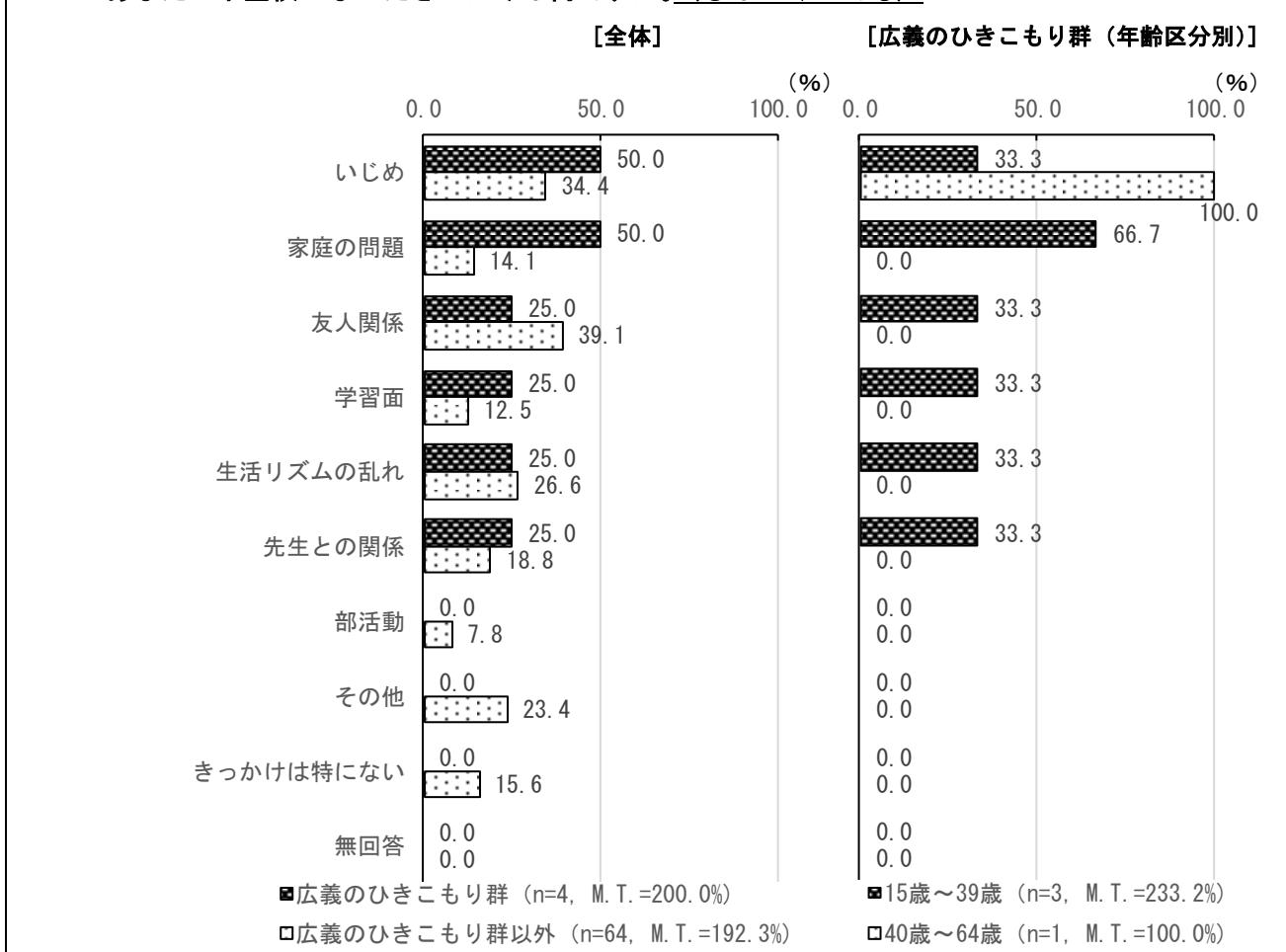
内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「中学生時の不登校」「高校生時の不登校」「あてはまるものはない」以外のすべての項目で昭島市の方が内閣府調査よりも高い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 11 不登校のきっかけ

【Q10で「1～4」に○をつけた方のみ、Q11にお答えください。】

Q11 あなたが不登校になったきっかけは何ですか。(○はいくつでも)

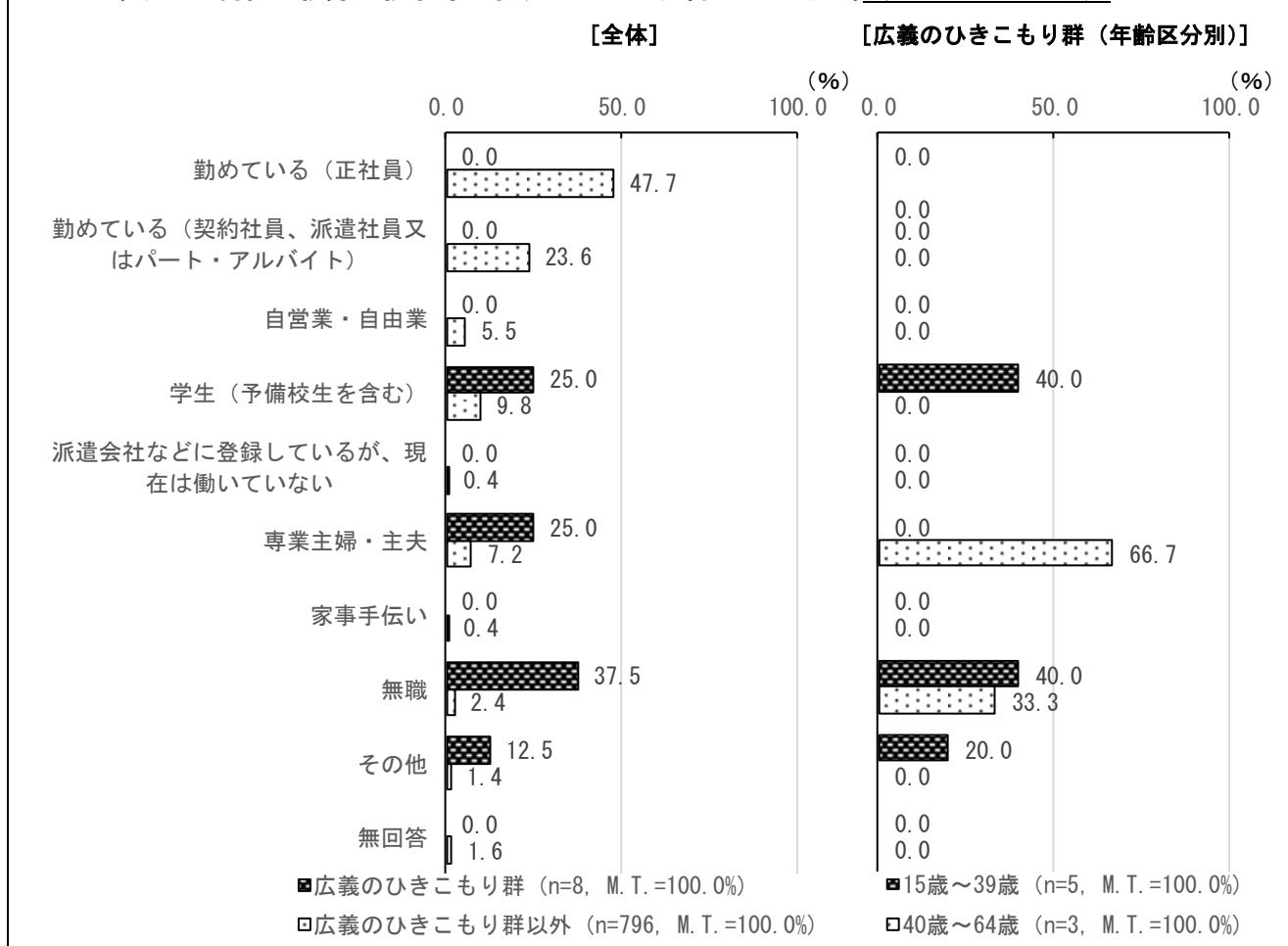


不登校のきっかけについて、広義のひきこもり群では「いじめ」「家庭の問題」(ともに50.0%)、「友人関係」「学習面」「生活リズムの乱れ」「先生との関係」(すべて25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「友人関係」(39.1%)、「いじめ」(34.4%)、「生活リズムの乱れ」(26.6%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「家庭の問題」(66.7%)が、「40歳～64歳」では「いじめ」(100.0%)が、それぞれ最も高い割合となっている。

## 12 現在の就労・就学等の状況

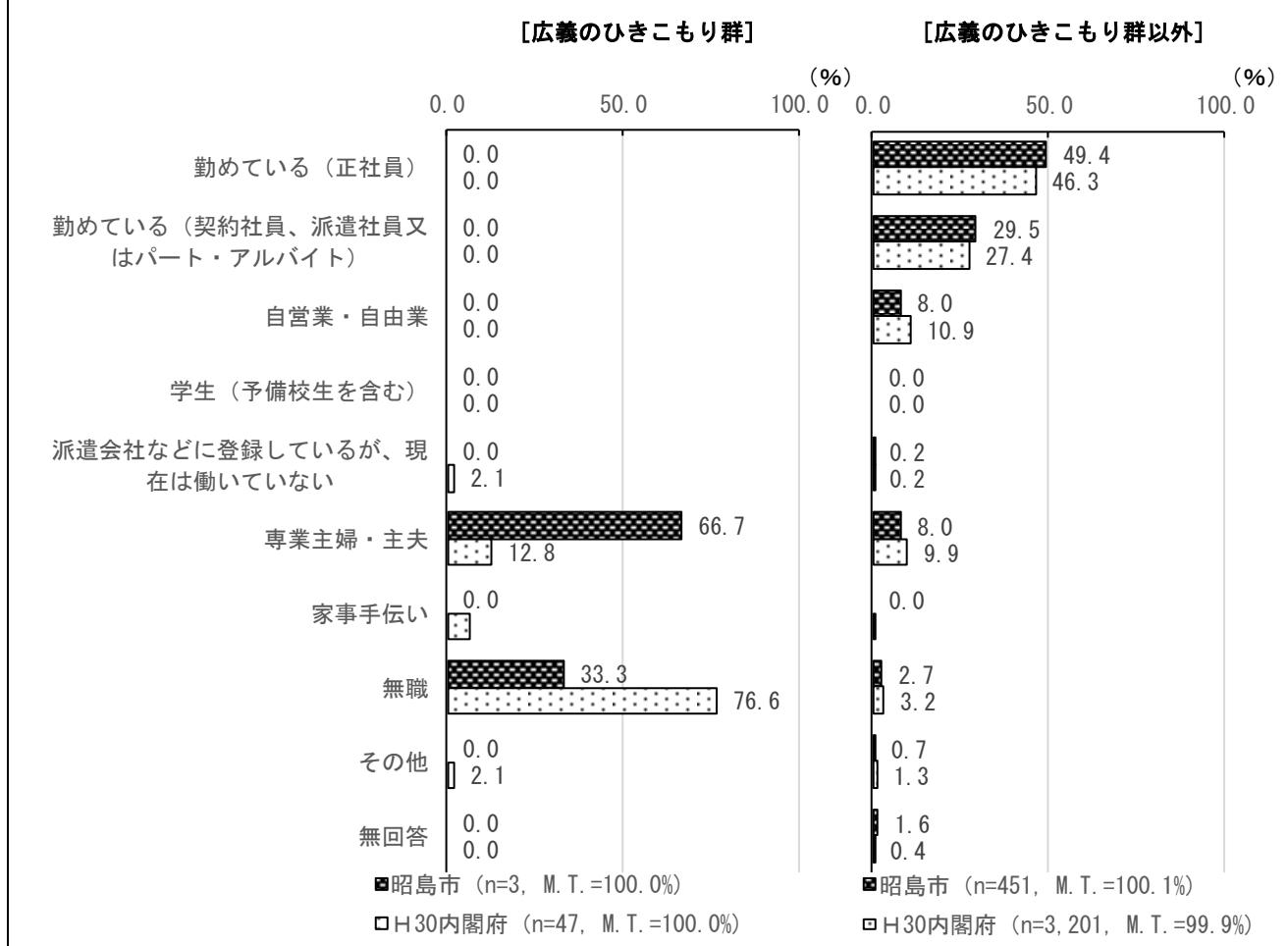
## Q12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。(○はひとつだけ)



現在の就労・就学等の状況について、広義のひきこもり群では「勤めている（正社員）」「勤めている（契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト）」「自営業・自由業」「家事手伝い」と回答した人がおらず、「無職」(37.5%)、「学生（予備校生を含む）」「専業主婦・主夫」(ともに25.0%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「勤めている（正社員）」(47.7%)、「勤めている（契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト（学生のアルバイトは除く））」(23.6%)、「学生（予備校生を含む）」(9.8%)、「専業主婦・主夫」(7.2%)、「自営業・自由業」(5.5%)の順になっており、「無職」に関しては広義のひきこもり群の方が35.1ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

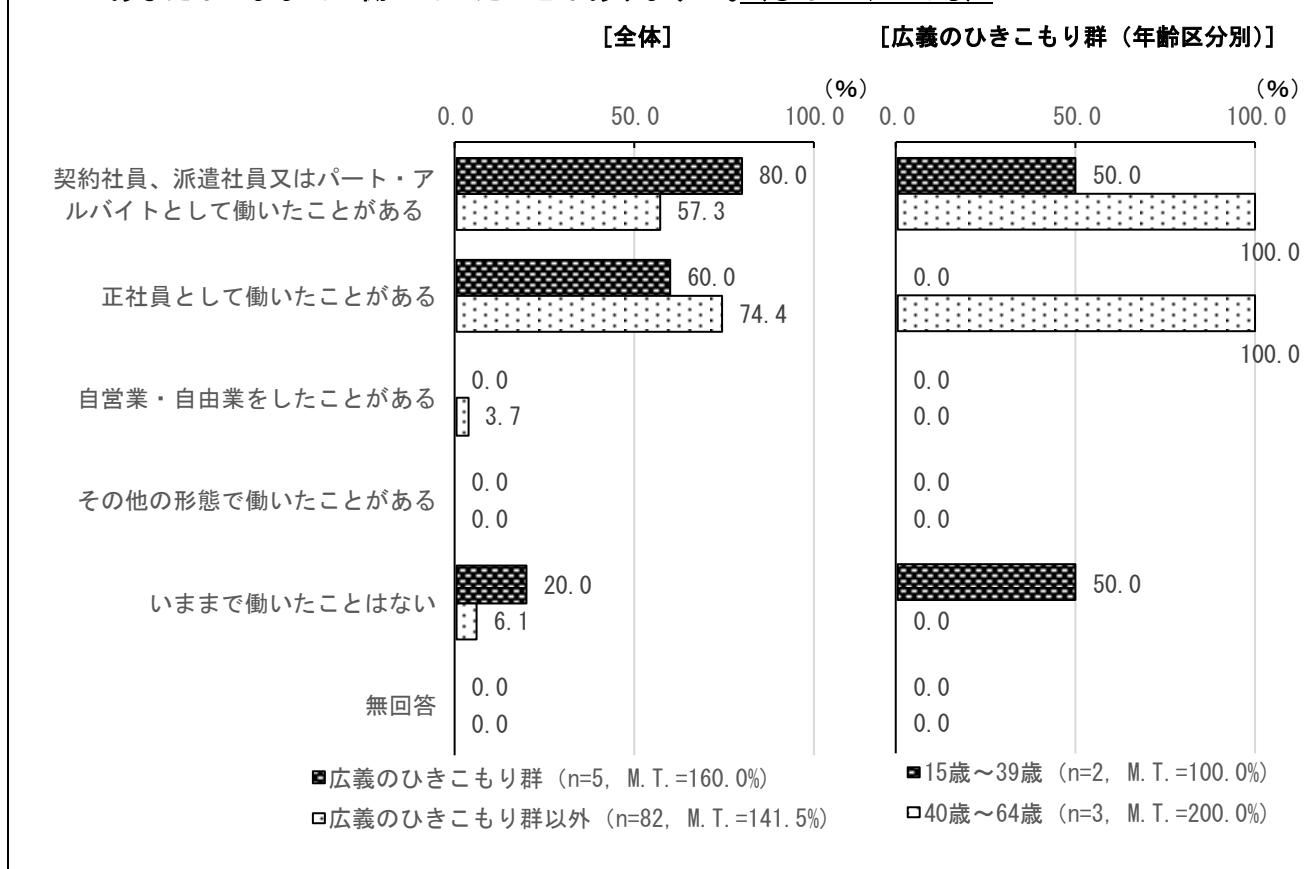


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「専業主婦・主夫」は昭島市の方が、「無職」は内閣府調査の方が、それぞれ高い割合となっている。

## 13 働いた経験

【Q12で「5～8」に○をつけた方のみ、Q13～Q15にお答えください。】

Q13 あなたは今までに働いていたことはありますか。(○はいくつでも)

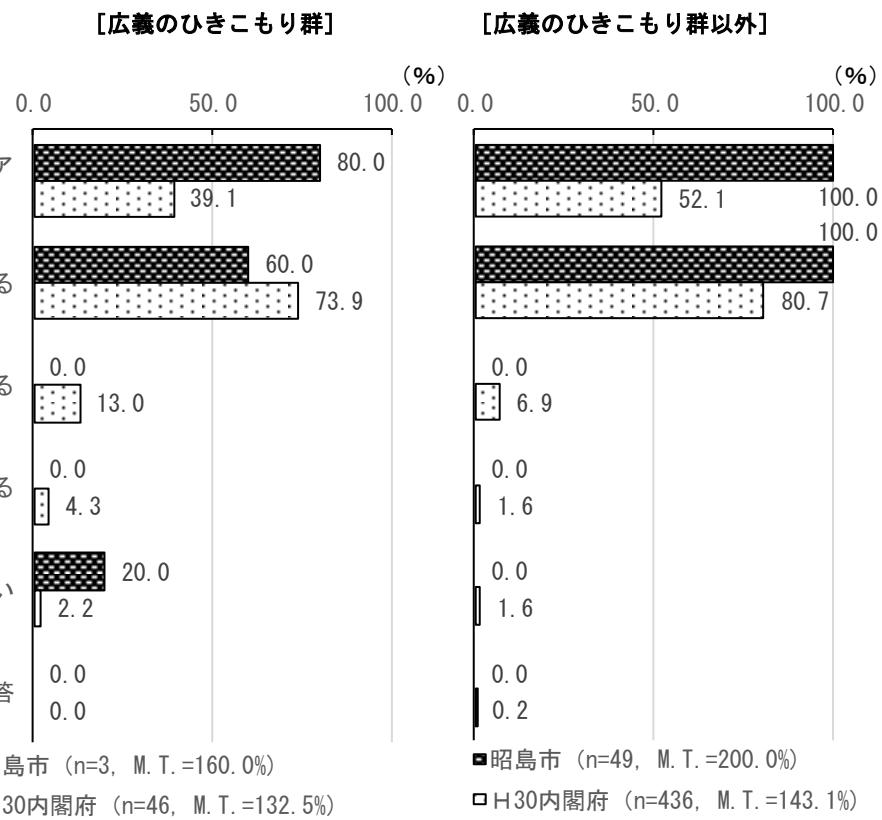


働いた経験については、「正社員として働いたことがある」「契約社員、派遣社員又はパート・アルバイトとして働いたことがある」の項目でどちらの群も50.0%以上となっており、「正社員として働いたことがある」は広義のひきこもり群が60.0%で広義のひきこもり群以外が74.4%と14.4ポイントの差となっている。「今まで働いたことはない」は広義のひきこもり群が20.0%で広義のひきこもり群以外が6.1%と13.9ポイントの差となっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「今まで働いたことはない」が50.0%となっているのに対して、「40歳～64歳」では「今まで働いたことはない」と回答した人はいなかった。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

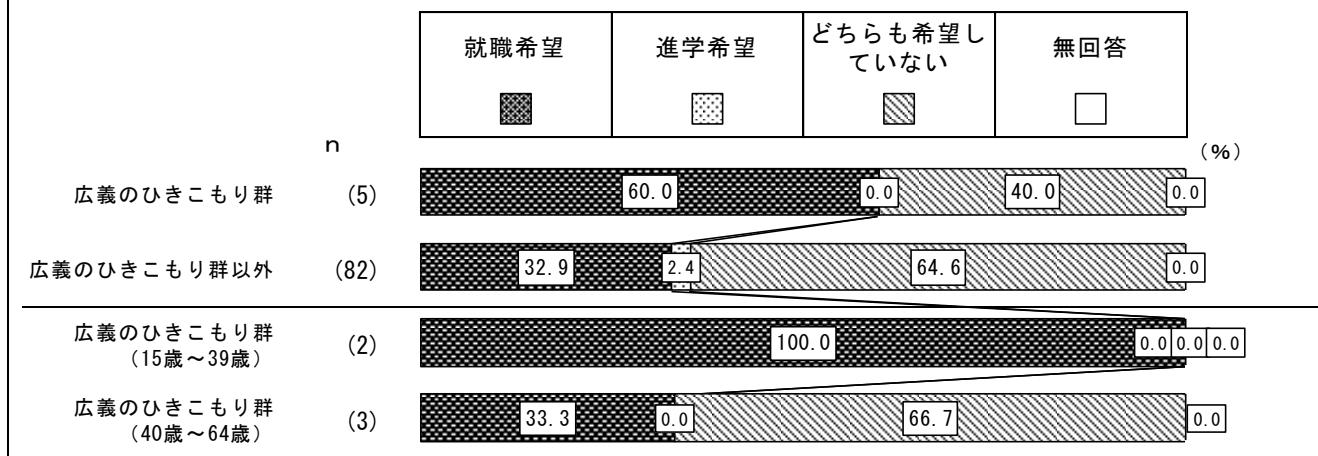


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、昭島市では「契約社員、派遣社員又はパート・アルバイトとして働いたことがある」(80.0%)「今まで働いたことはない」(20.0%)が内閣府調査よりも高い割合となっており、「契約社員、派遣社員又はパート・アルバイトとして働いたことがある」は内閣府調査の39.1%よりも40.9ポイント高くなっている。

## 14 就職または進学希望

【Q12で「5～8」に○をつけた方のみ、Q13～Q15にお答えください。】

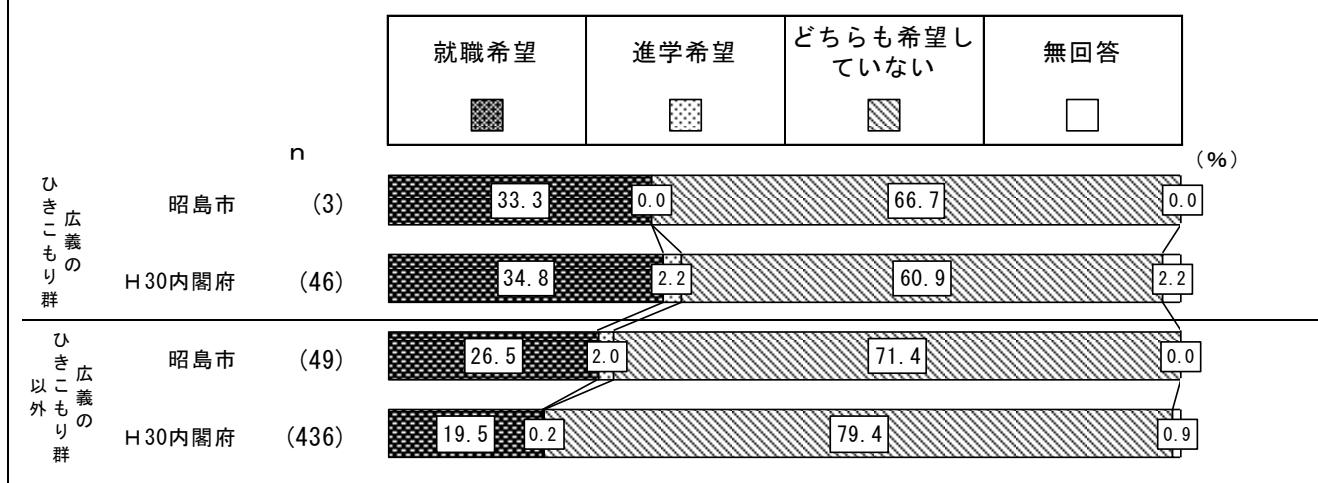
Q14 あなたは現在、就職または進学を希望していますか。（○はひとつだけ）



就職または進学希望について、「就職希望」は広義のひきこもり群で60.0%、広義のひきこもり群以外で32.9%と、広義のひきこもり群の方が27.1ポイント高くなっている、「進学希望」は広義のひきこもり群で0.0%、広義のひきこもり群以外で2.4%となっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「就職希望」は「15歳～39歳」で100.0%、「40歳～64歳」で33.3%となっているのに対して、「進学希望」は「15歳～39歳」「40歳～64歳」のどちらでも回答者なしとなっている。

## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



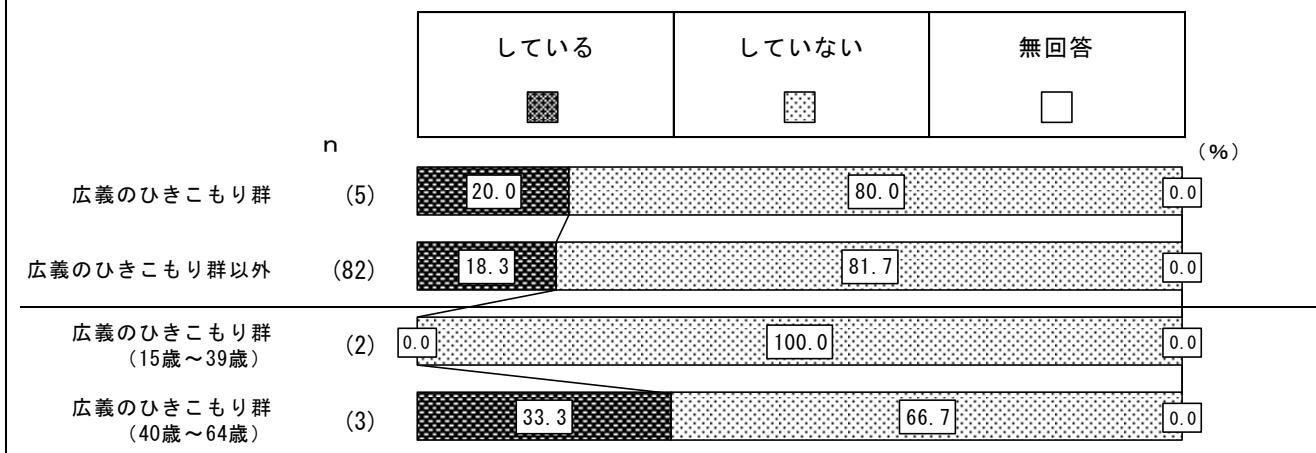
内閣府調査と比較すると、「就職希望」は広義のひきこもり群では昭島市の方が低い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 15 就職活動

【Q12で「5～8」に○をつけた方のみ、Q13～Q15にお答えください。】

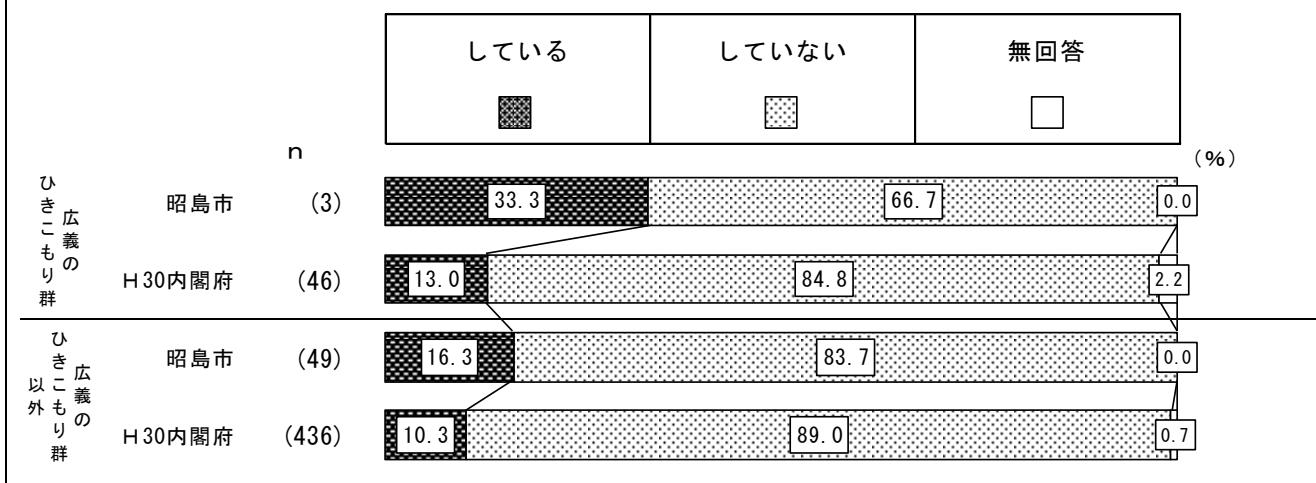
Q15 あなたは現在、就職活動をしていますか。(○はひとつだけ)



就職活動について、「している」は広義のひきこもり群で20.0%、広義のひきこもり群以外で18.3%と、広義のひきこもり群の方が1.7ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「している」は「15歳～39歳」で0.0%、「40歳～64歳」では33.3%となっている。

#### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「している」が昭島市では33.3%、内閣府調査では13.0%と、20.3ポイントの差がある。

## 16 ふだん自宅でよくしていること

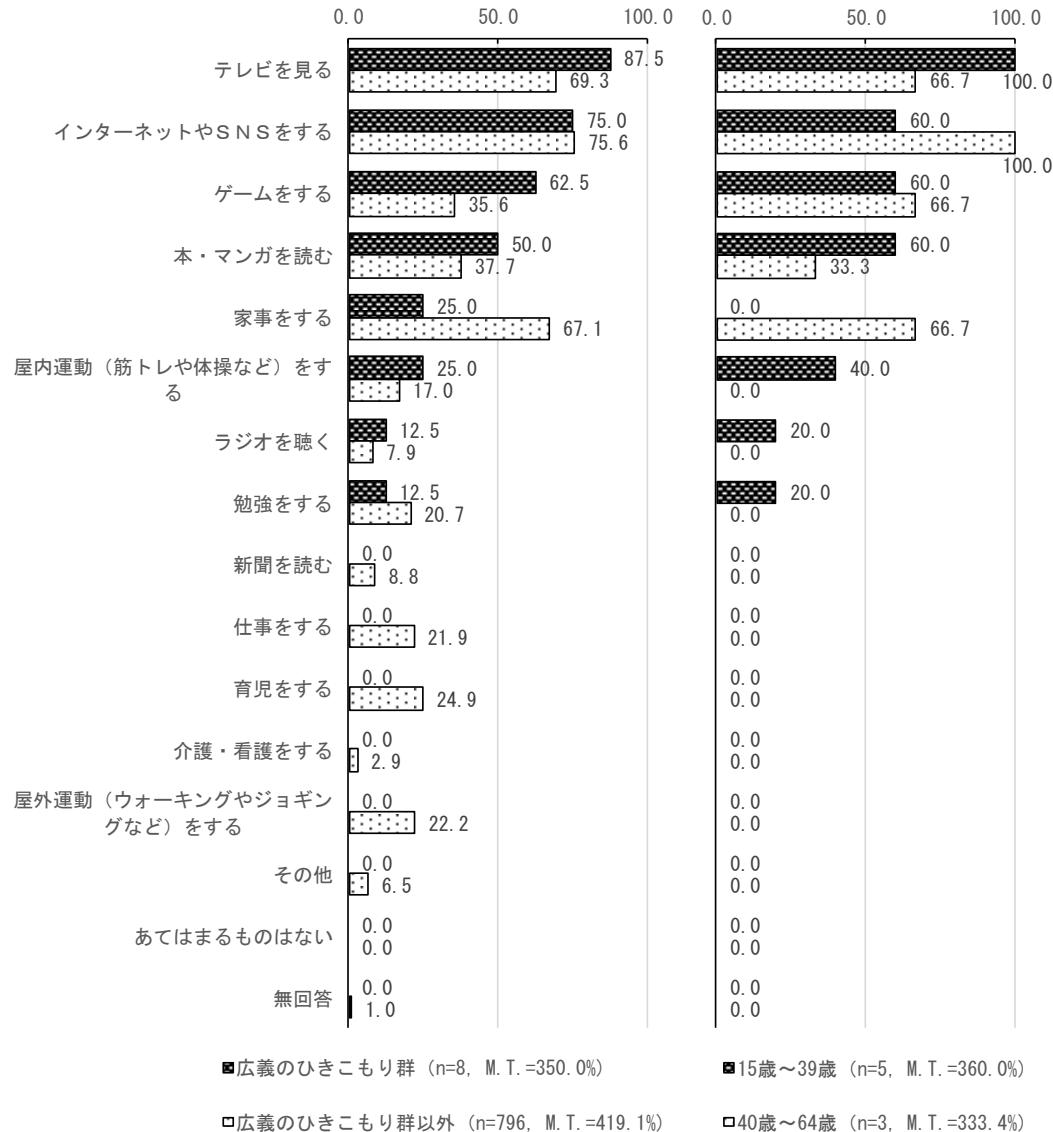
【Q16～Q18はすべての方がお答えください。】

Q16 あなたがふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。  
(○はいくつでも)

[全体]

[広義のひきこもり群 (年齢区分別)]

(%) (%)

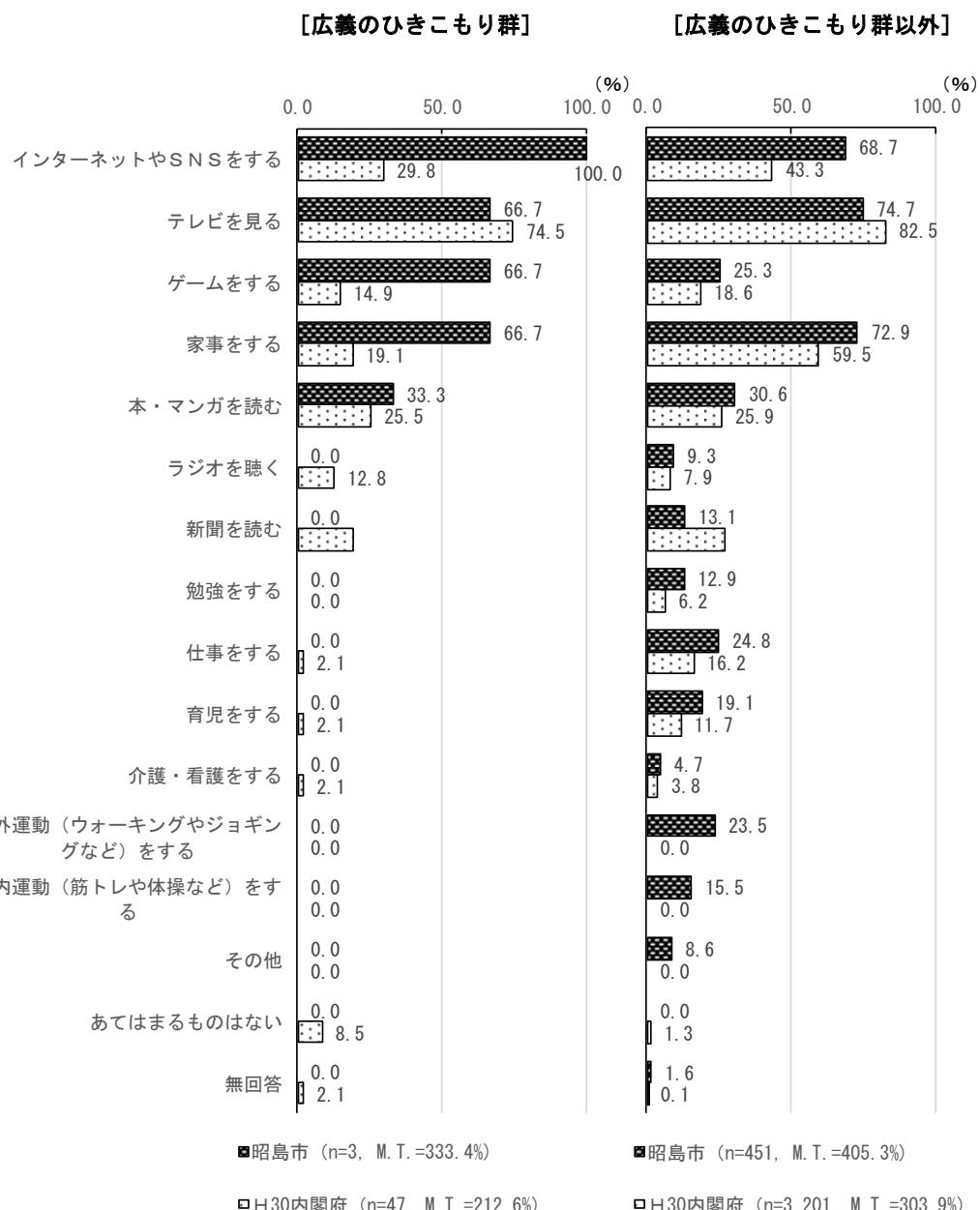


ふだん自宅でよくしていることについて、上位5項目はどちらの群でも「テレビを見る」「インターネットやSNSをする」「ゲームをする」「本・マンガを読む」「家事をする」となっているが、そのうち「家事をする」の項目に加えて「育児をする」「屋外運動（ウォーキングやジョギングなど）をする」「仕事をする」の計4項目は広義のひきこもり群以外の方が顕著に高い割合となっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「テレビを見る」(100.0%)、「インターネットやSNSをする」「ゲームをする」「本・マンガを読む」(すべて60.0%)、の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「インターネットやSNSをする」(100.0%)、「テレビを見る」「ゲームをする」「家事をする」(すべて66.7%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



※「インターネットやSNSをする」「本・マンガを読む」の項目について、内閣府調査においてはそれぞれ「インターネットをする」「本を読む」となっている。

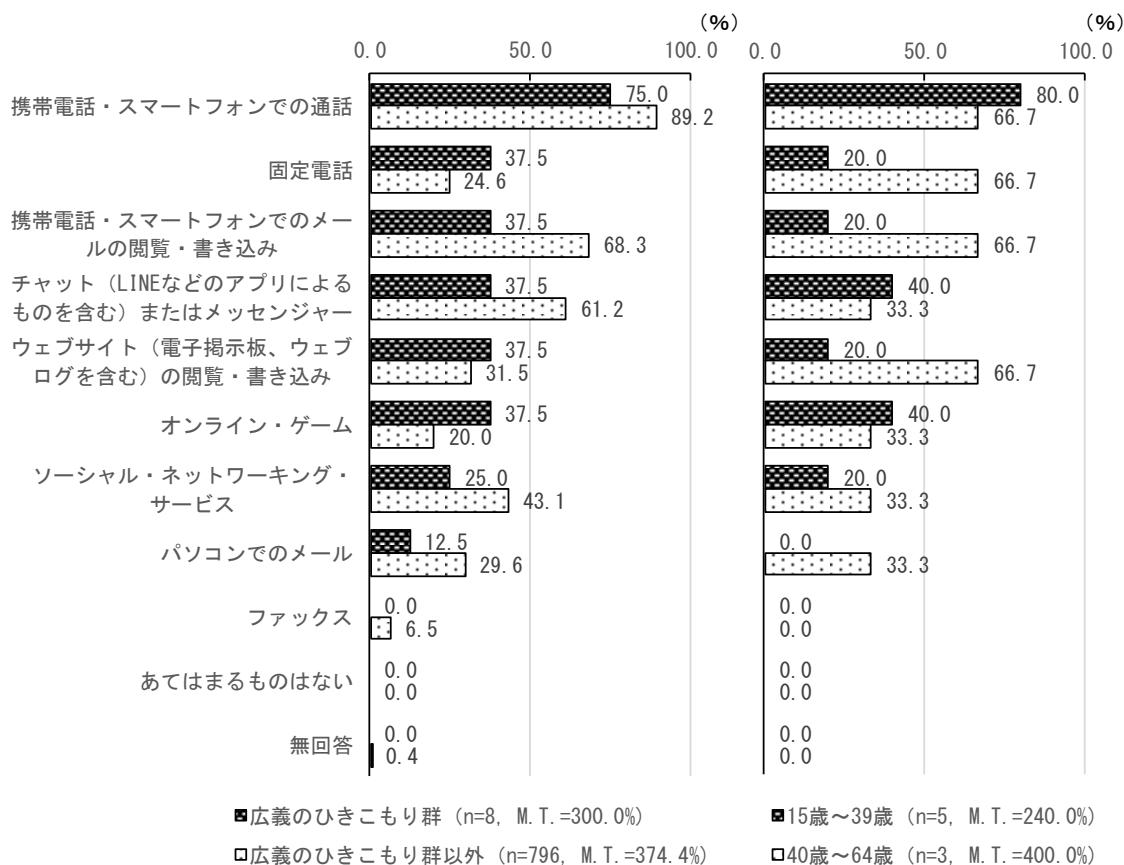
内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「インターネットやSNSをする」「ゲームをする」「家事をする」「本・マンガを読む」の項目で昭島市の方が内閣府調査よりも高く、「インターネットやSNSをする」「ゲームをする」「家事をする」が顕著に高い割合となっている。

## 17 通信手段でふだん利用しているもの

Q17 あなたが、以下にあげられた通信手段の中で、ふだん利用しているものすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

[全体]

[広義のひきこもり群 (年齢区分別)]



通信手段でふだん利用しているものについて、広義のひきこもり群では「携帯電話・スマートフォンでの通話」(75.0%)、「固定電話」「携帯電話・スマートフォンでのメールの閲覧・書き込み」「チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー」「ウェブサイト (電子掲示板、ウェブログを含む) の閲覧・書き込み」「オンライン・ゲーム」(すべて37.5%)、「ソーシャル・ネットワーキング・サービス」(25.0%) の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「携帯電話・スマートフォンでの通話」(89.2%)、「携帯電話・スマートフォンでのメールの閲覧・書き込み」(68.3%)、「チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー」(61.2%) の順になっている。

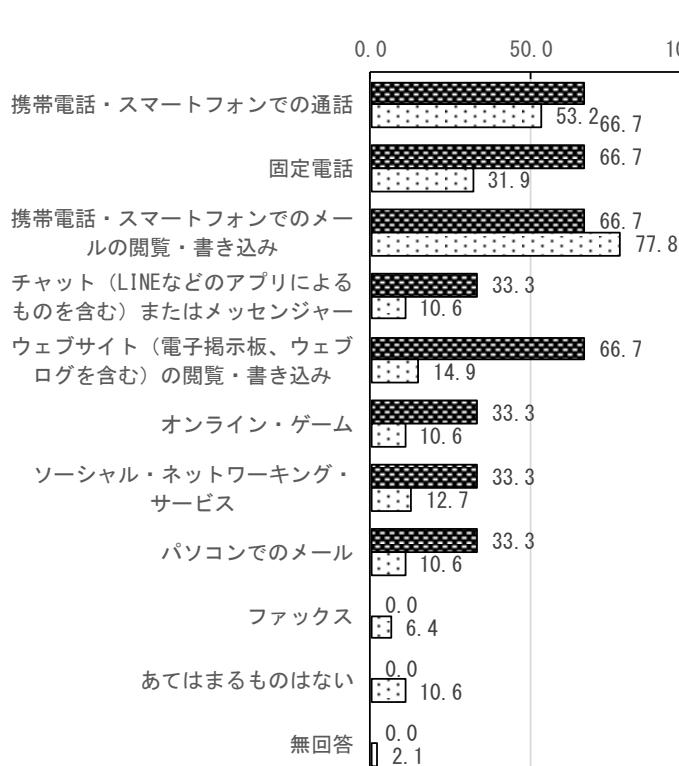
また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「携帯電話・スマートフォンでの通話」(80.0%)、「チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー」「オンライン・ゲーム」(ともに40.0%) の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「携帯電話・スマートフォンでの通話」「固定電話」「携帯電話・スマートフォンでのメールの閲覧・書き込み」「ウェブサイト (電子掲示板、ウェブログを含む) の閲覧・書き込み」(すべて66.7%)、「チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー」「オンライン・ゲーム」「ソーシャル・ネットワーキング・サービス」「パソコンでのメール」(すべて33.3%) の順になっている。

「ウェブサイト (電子掲示板、ウェブログを含む) の閲覧・書き込み」(すべて66.7%)、「チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー」「オンライン・ゲーム」「ソーシャル・ネットワーキング・サービス」「パソコンでのメール」(すべて33.3%) の順になっている。

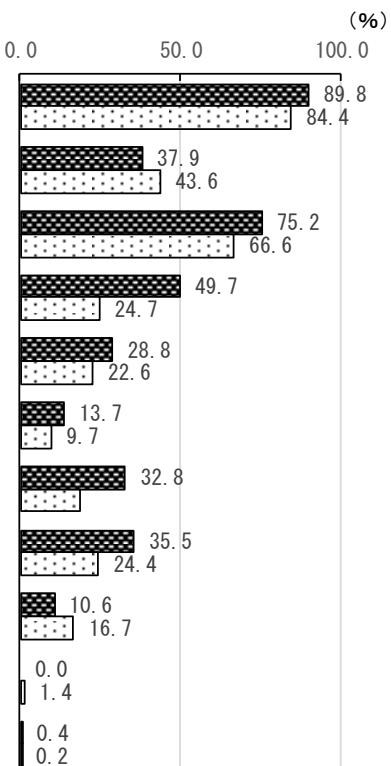
### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

[広義のひきこもり群]



[広義のひきこもり群以外]



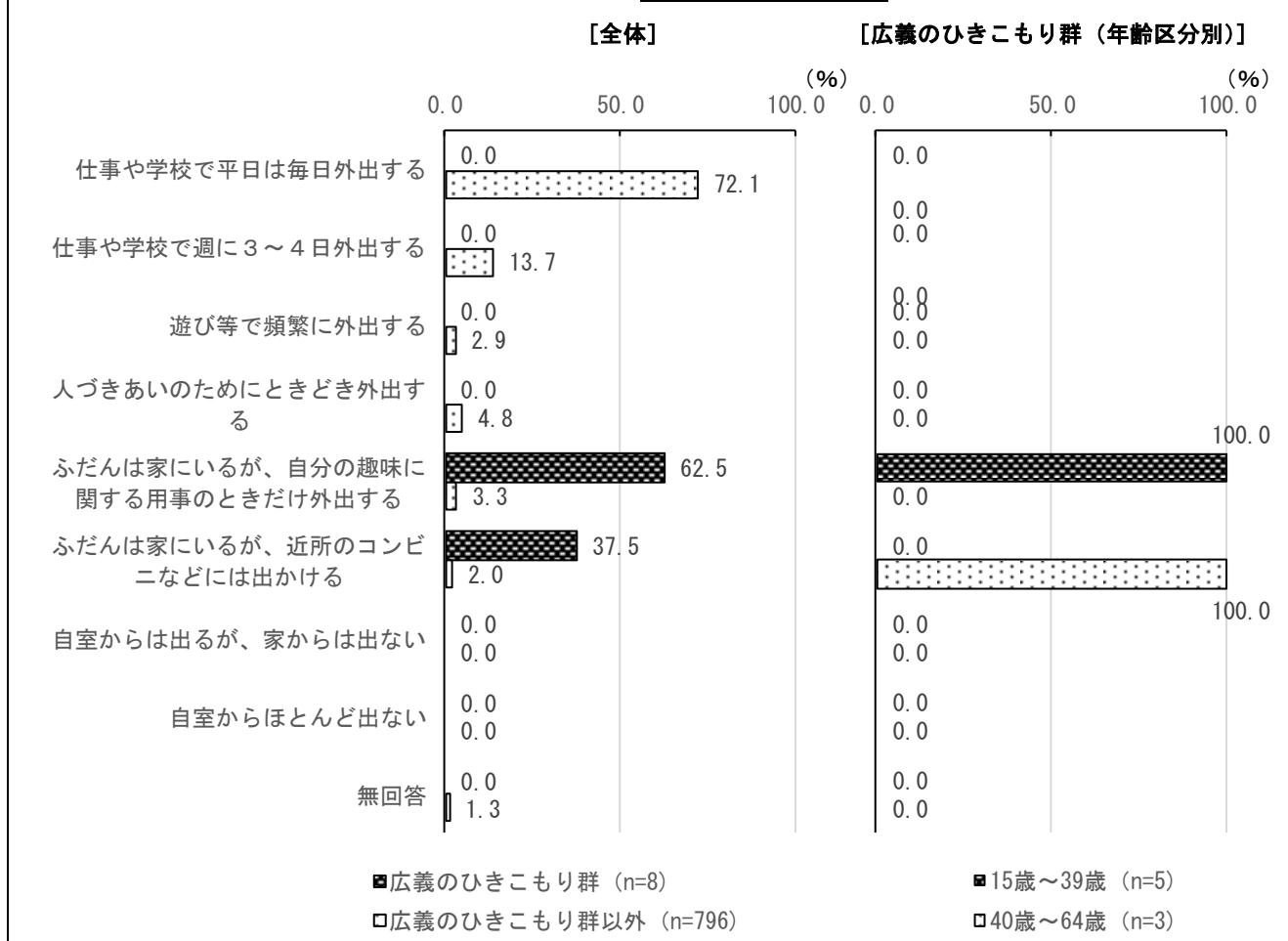
※「ソーシャル・ネットワーキング・サービス (Facebook、Twitterなど) の閲覧・書き込み」の項目について、内閣府調査においては「ソーシャル・ネットワーキング・サービス (Facebook、mixiなど) の閲覧・書き込み」(広義のひきこもり群10.6%・広義のひきこもり群以外13.2%) と「ツイッター (Twitter)」(広義のひきこもり群2.1%・広義のひきこもり群以外5.5%) という2つの項目になっているため、上記の図表では合算している。

内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「携帯電話・スマートフォンでのメールの閲覧・書き込み」「ファックス」「あてはまるものはない」以外のすべての項目で昭島市の方が内閣府調査よりも高い割合となっている。

※Q18の設問は、広義のひきこもり群を定義するために使用している。

## 18 ふだんの外出頻度

### Q18 あなたは、ふだんどのくらい外出しますか。(○はひとつだけ)

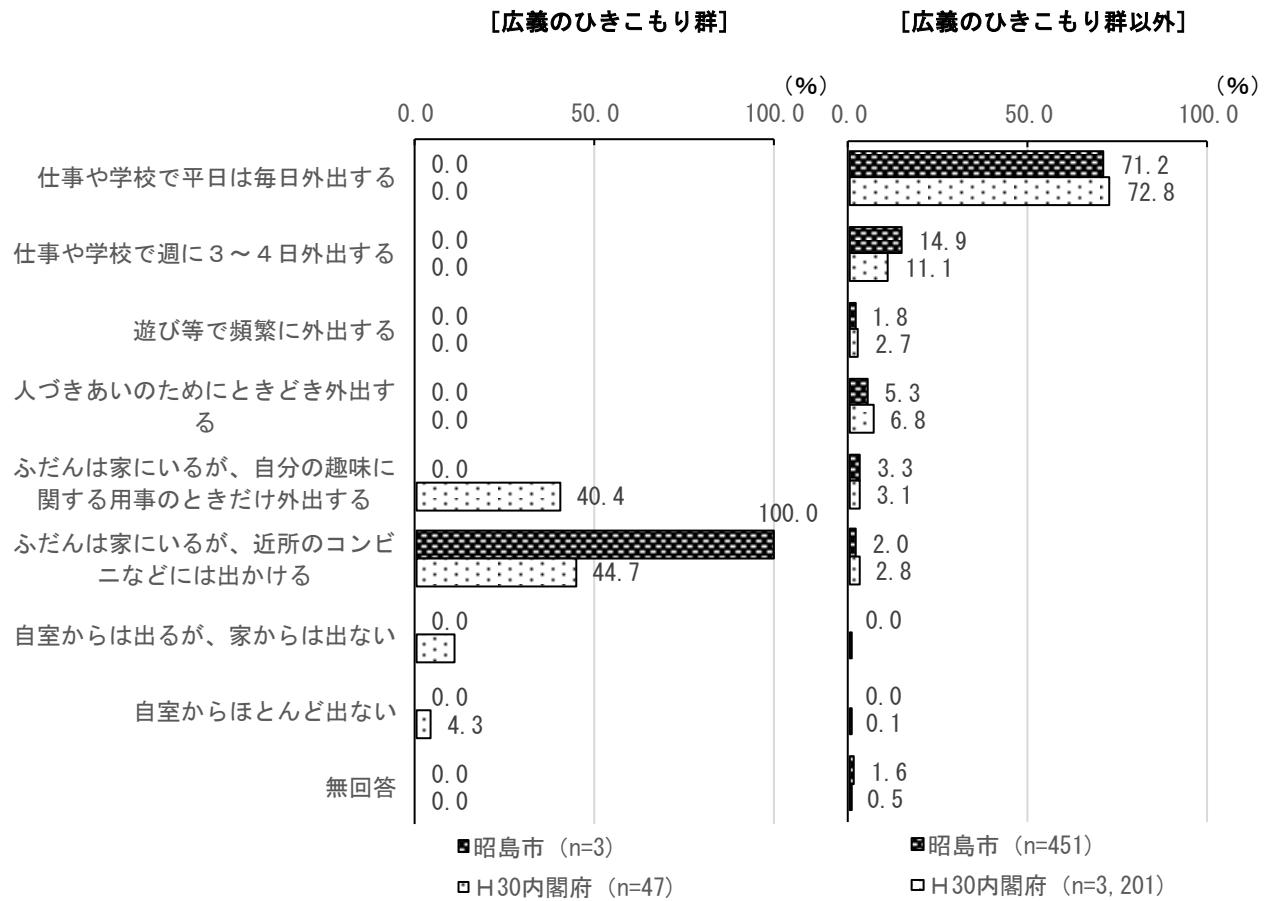


普段の外出頻度について、広義のひきこもり群では「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」(62.5%)、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」(37.5%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「仕事や学校で平日は毎日外出する」(72.1%)、「仕事や学校で週に3～4日外出する」(13.7%)、「人づきあいのためにときどき外出する」(4.8%)の順になっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」が100.0%となっており、「40歳～64歳」では「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」が100.0%となっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」は昭島市の方が、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する」は内閣府調査の方が、それぞれ高い割合となっている。

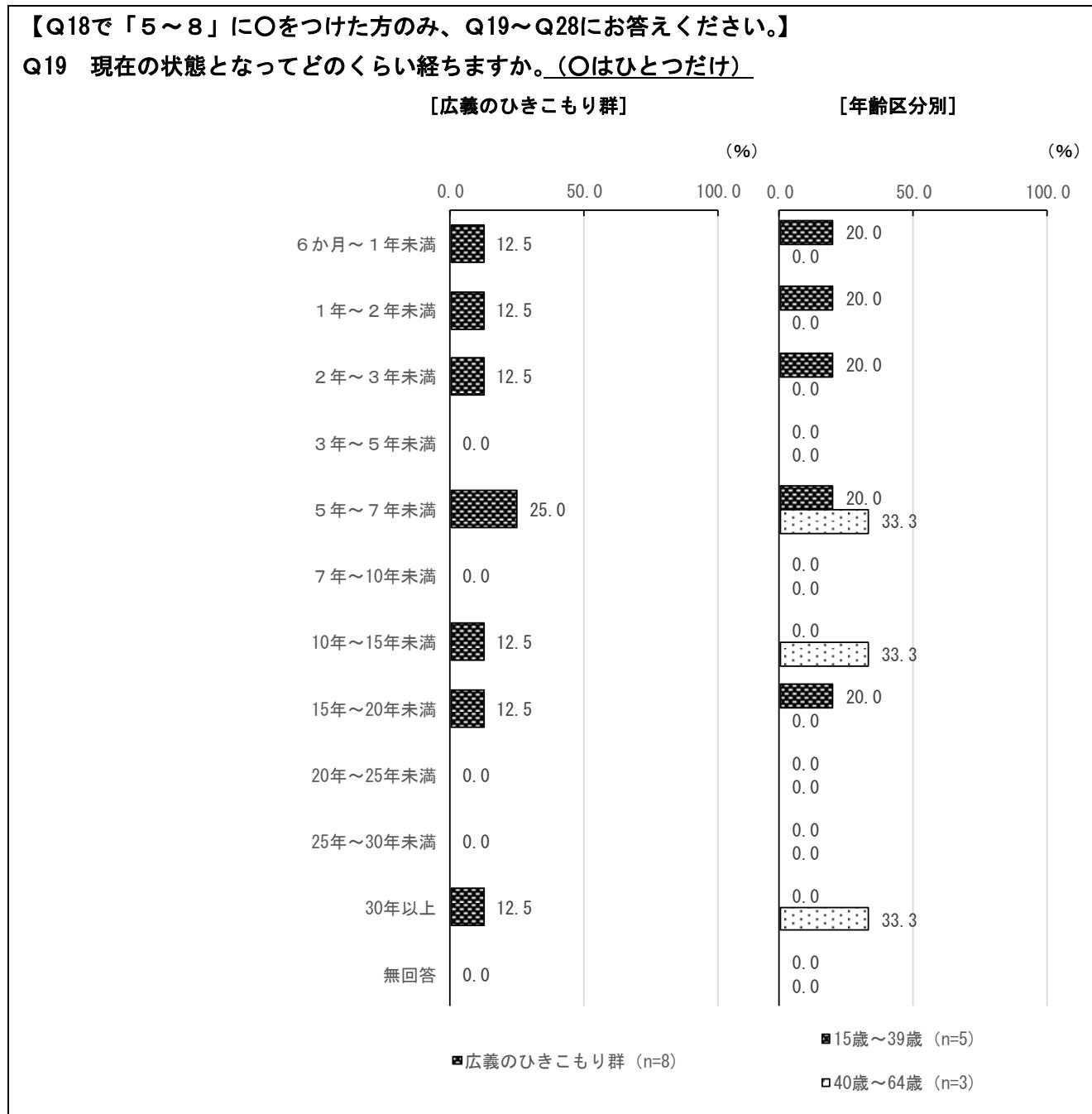
※Q19～Q28は、Q18において外出頻度が低かった人（Q18において5～8を選択した人）のみが回答する項目となっている。

本報告書では、その中でも広義のひきこもり群に該当する人の結果について記載する。

## 19 ひきこもりの状態になってからの期間

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

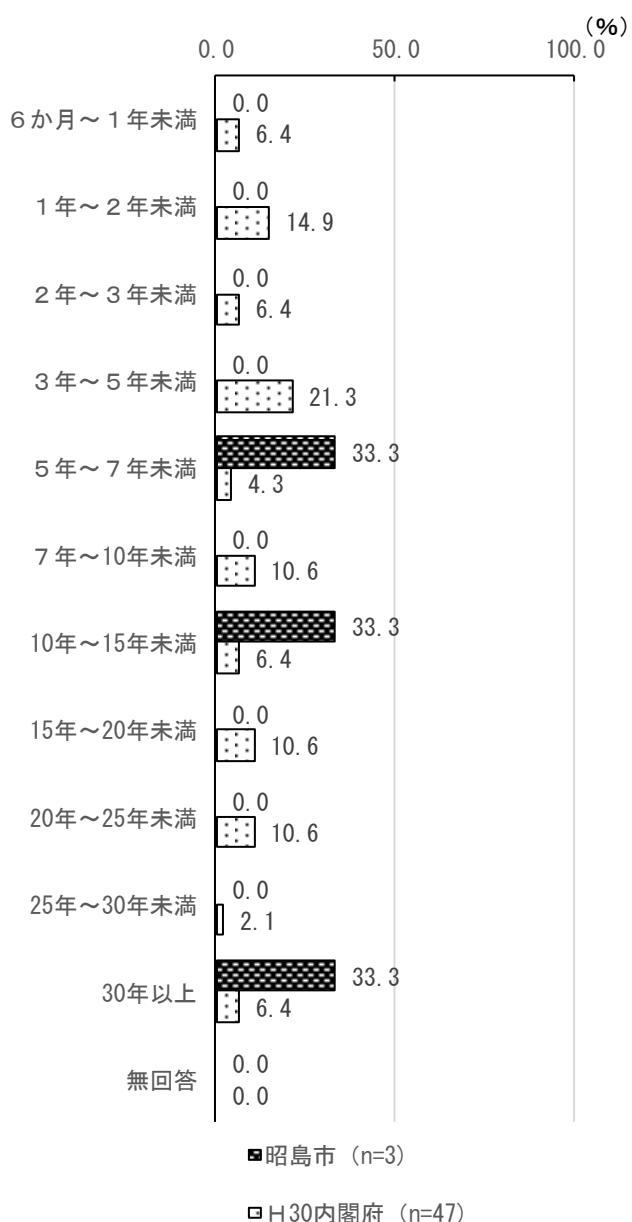
Q19 現在の状態となってどのくらい経ちますか。（○はひとつだけ）



ひきこもりの状態になってからの期間については、「5年～7年未満」が25.0%と最も高くなっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



内閣府調査と比較すると、内閣府調査では10年以上が36.1%、10年未満が63.9%となっているのに  
対して、昭島市では10年以上が66.6%、10年未満が33.3%となっている

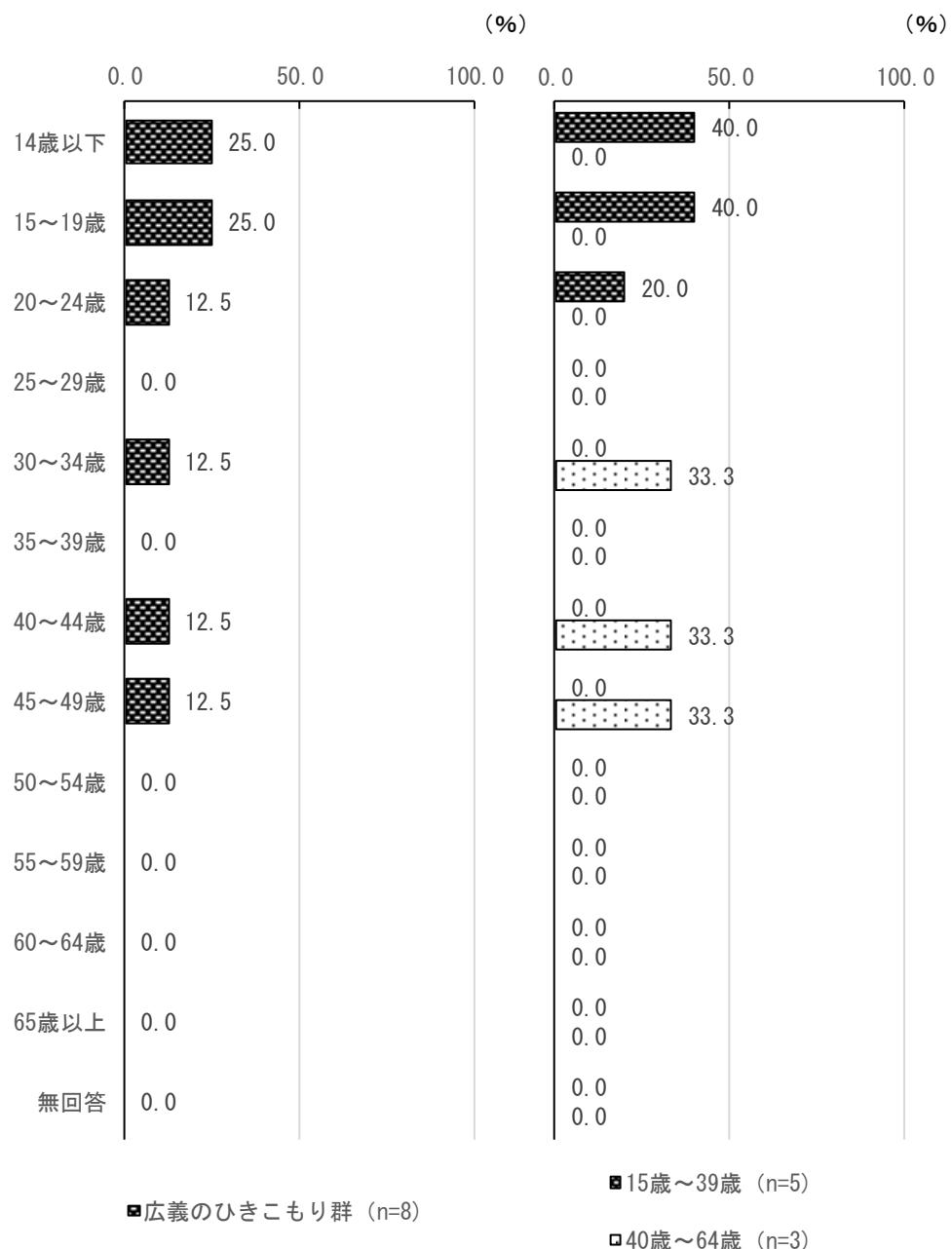
## 20 初めてひきこもりの状態になった年齢

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

Q20 あなたが初めて現在の状態になったのは、何歳の頃ですか。(数字で具体的に)

[広義のひきこもり群]

[年齢区分別]

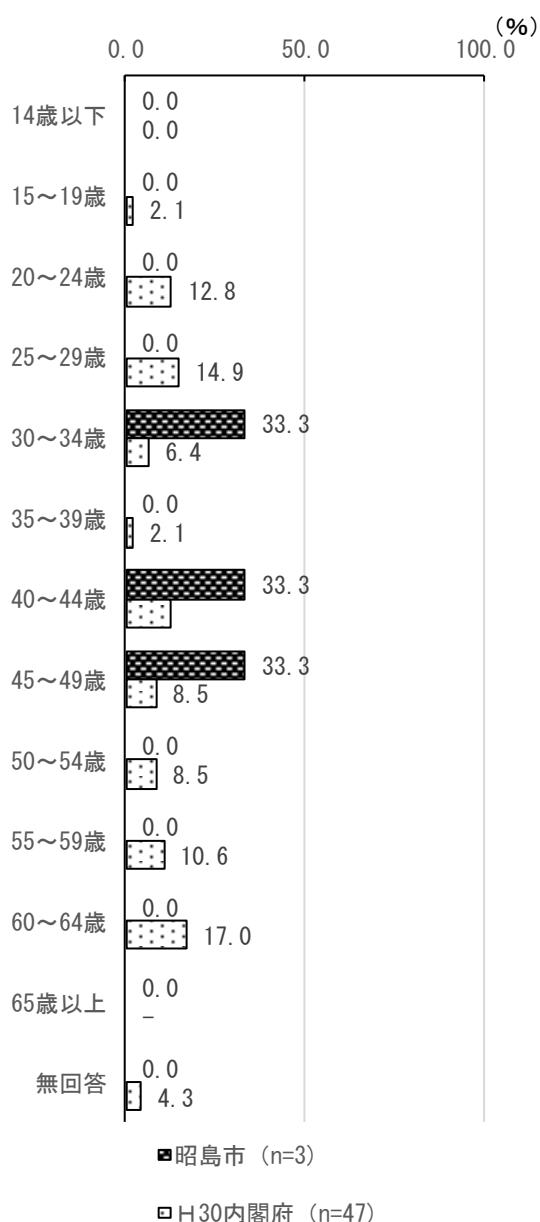


初めてひきこもりの状態になった年齢については、「14歳以下」「15～19歳」(ともに25.0%)が最も高く、次いで「20～24歳」「30～34歳」「40～44歳」「45～49歳」(すべて12.5%)の順になっている。

また、年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「14歳以下」「15～19歳」(ともに40.0%)、「20～24歳」(20.0%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「30～34歳」「40～44歳」「45～49歳」(すべて33.3%)のみとなっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



※「65歳以上」は昭島市のみの項目

内閣府調査と比較すると、内閣府調査では15歳から64歳まで幅広い年齢層に回答が見られたのに対して、昭島市では「30~34歳」及び40代の年齢層に回答が固まっている。

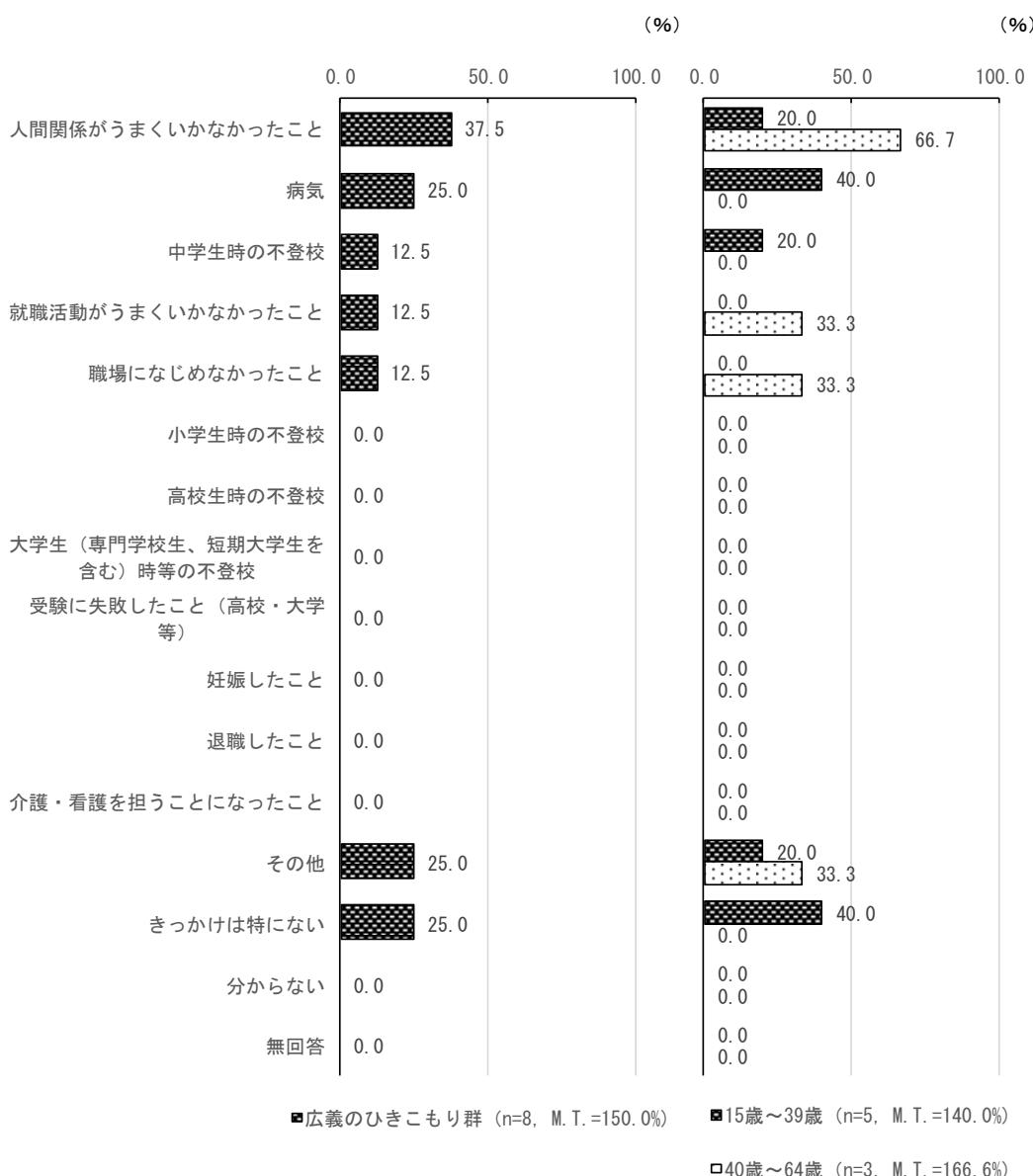
## 21 ひきこもりの状態になったきっかけ

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

Q21 あなたが現在の状態になったきっかけは何ですか。(○はいくつでも)

[広義のひきこもり群]

[年齢区分別]

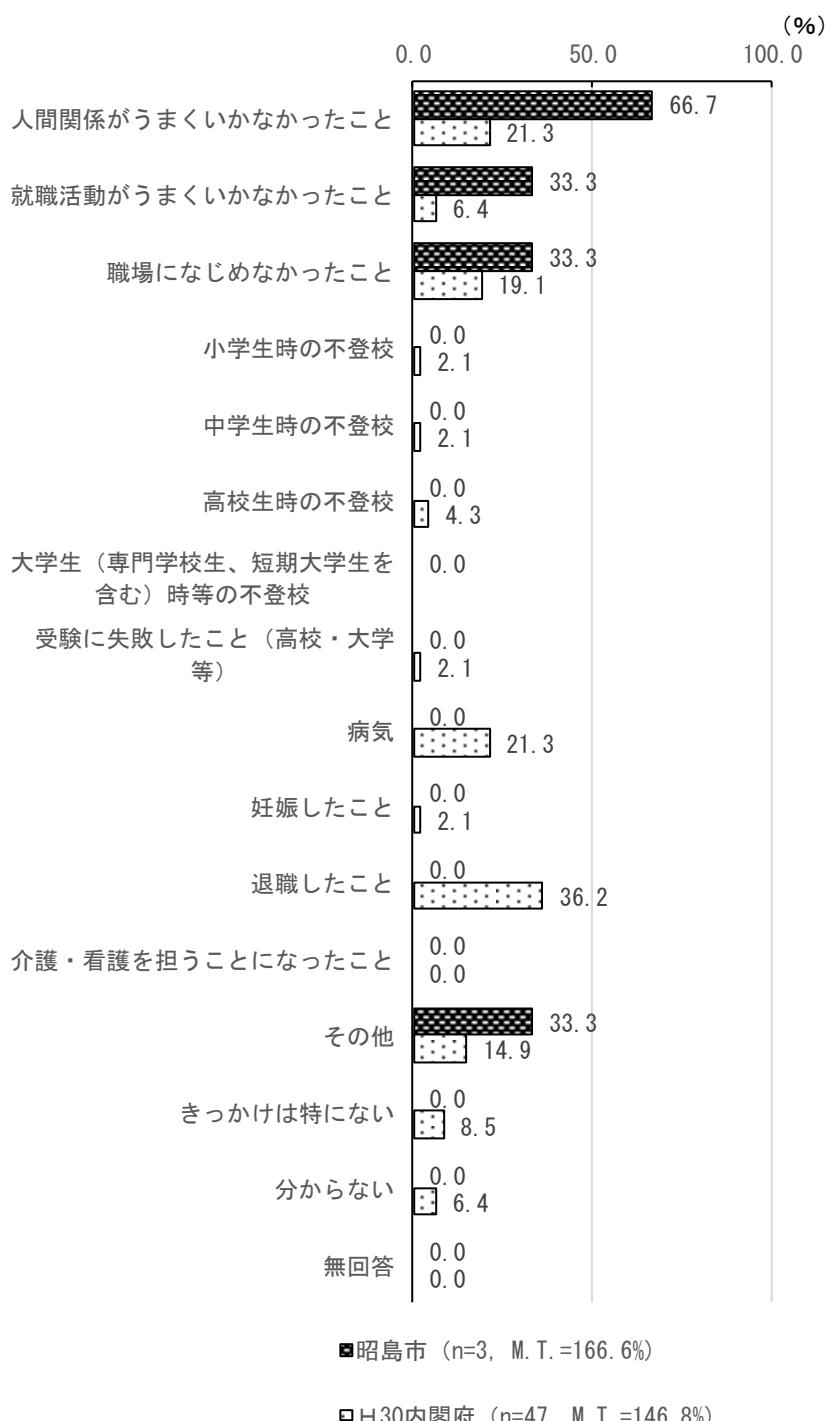


ひきこもりの状態になったきっかけについては、「人間関係がうまくいかなかつたこと」(37.5%)、「病気」「その他」「きっかけは特にない」(すべて25.0%)、「中学生時の不登校」「就職活動がうまくいかなかつたこと」「職場になじめなかつたこと」(すべて12.5%)の順になっている。

また、年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「病気」「きっかけは特にない」(ともに40.0%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」「中学生時の不登校」「その他」(すべて20.0%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「人間関係がうまくいかなかつたこと」(66.7%)、「就職活動がうまくいかなかつたこと」「職場になじめなかつたこと」(すべて33.3%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）



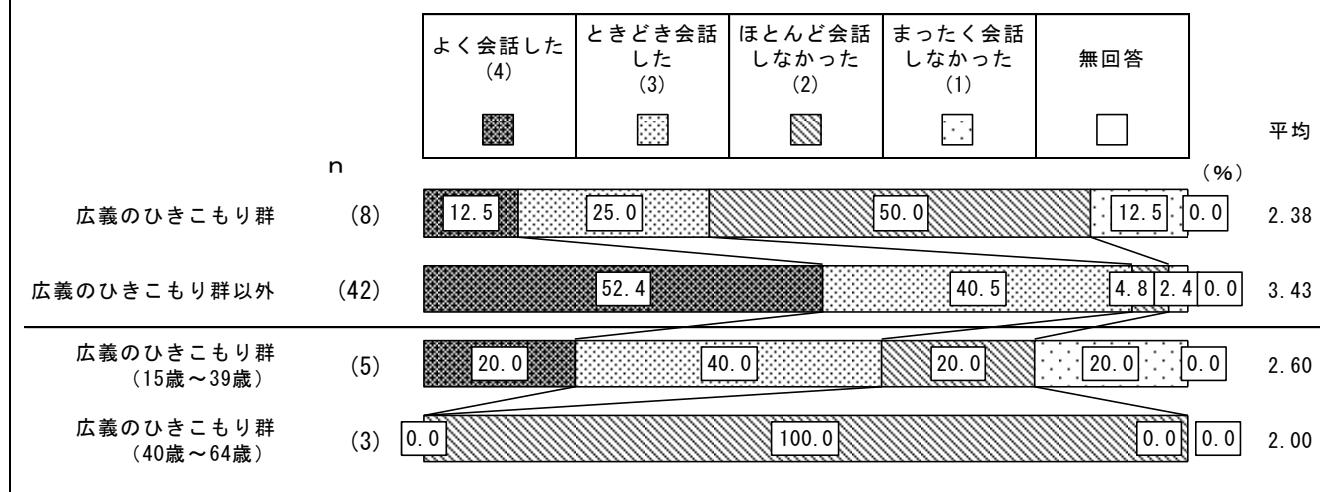
※「きっかけは特にない」の項目について、内閣府調査においては「特にない」となっている。

内閣府調査と比較すると、「人間関係がうまくいかなかったこと」は昭島市（66.7%）の方が内閣府調査（21.3%）を45.4ポイント上回っている。また、内閣府調査で上位になった「退職したこと」「病気」と回答した人は昭島市にはいなかった。

## 22 家族以外との会話の状況

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

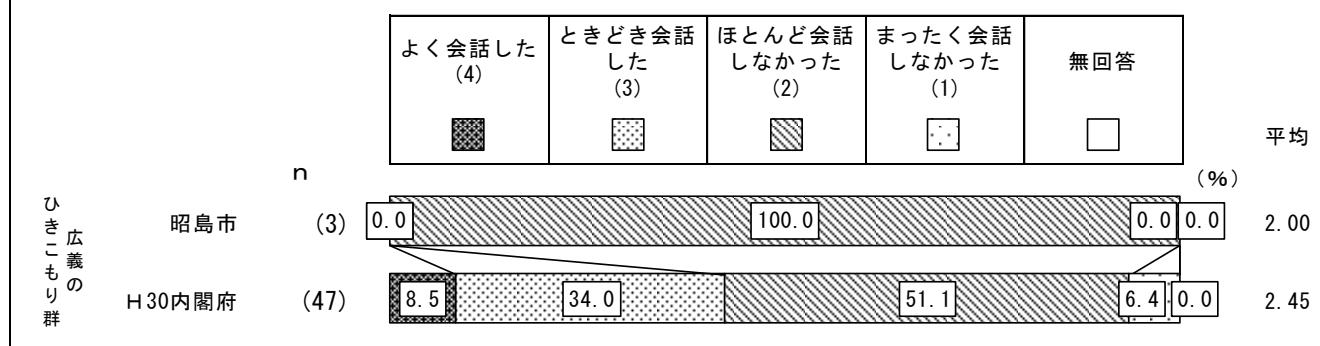
Q22 最近6か月間に家族以外の人と会話しましたか。(○はひとつだけ)



家族以外との会話の状況については、「まったく会話しなかった」と「よく会話した」がともに12.5%となっている。

また、年齢区別にみると、「まったく会話しなかった」は「15歳～39歳」で20.0%、「40歳～64歳」で0.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント高くなっている。

## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



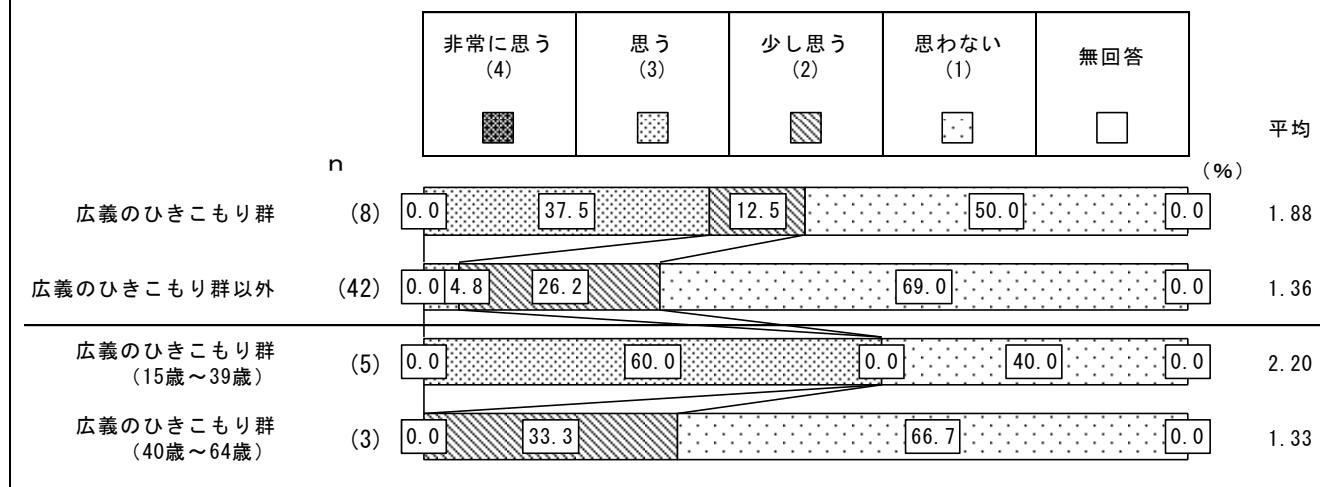
内閣府調査と比較すると、昭島市では「ほとんど会話しなかった」(100.0%)のみとなっており、平均点が内閣府よりも0.45ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

#### 23 ひきこもりの状態について関係機関に相談したいか

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

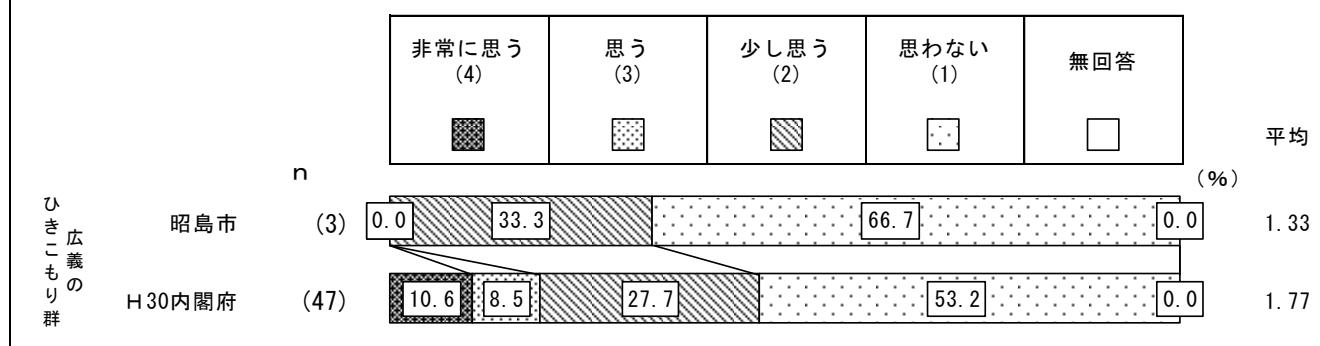
Q23 現在の状態について、関係機関（家族以外に相談できる専門家や支援機関など）に相談したいと思いませんか。（○はひとつだけ）



ひきこもりの状態について関係機関に相談したいかについては、「思わない」が50.0%となっている。

また、年齢区別にみると、「思わない」は「15歳～39歳」で40.0%、「40歳～64歳」で66.7%と、「40歳～64歳」の方が26.7ポイント高くなっている。

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）

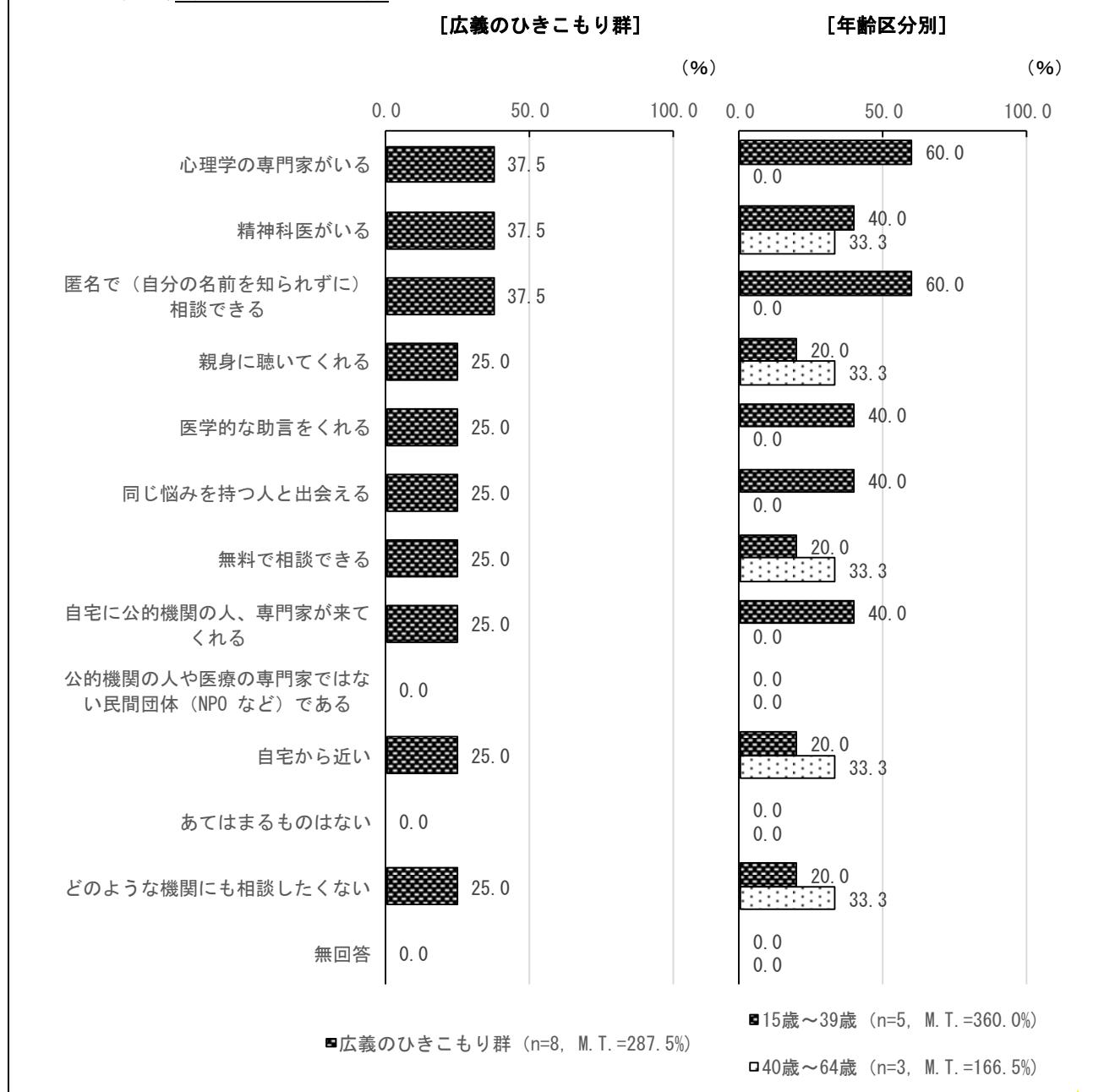


内閣府調査と比較すると、昭島市では「思わない」の割合が内閣府調査よりも13.5ポイント高くなっている。

## 24 ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

Q24 現在の状態について、関係機関に相談するとすれば、どのような機関なら、相談したいと思いますか。(○はいくつでも)

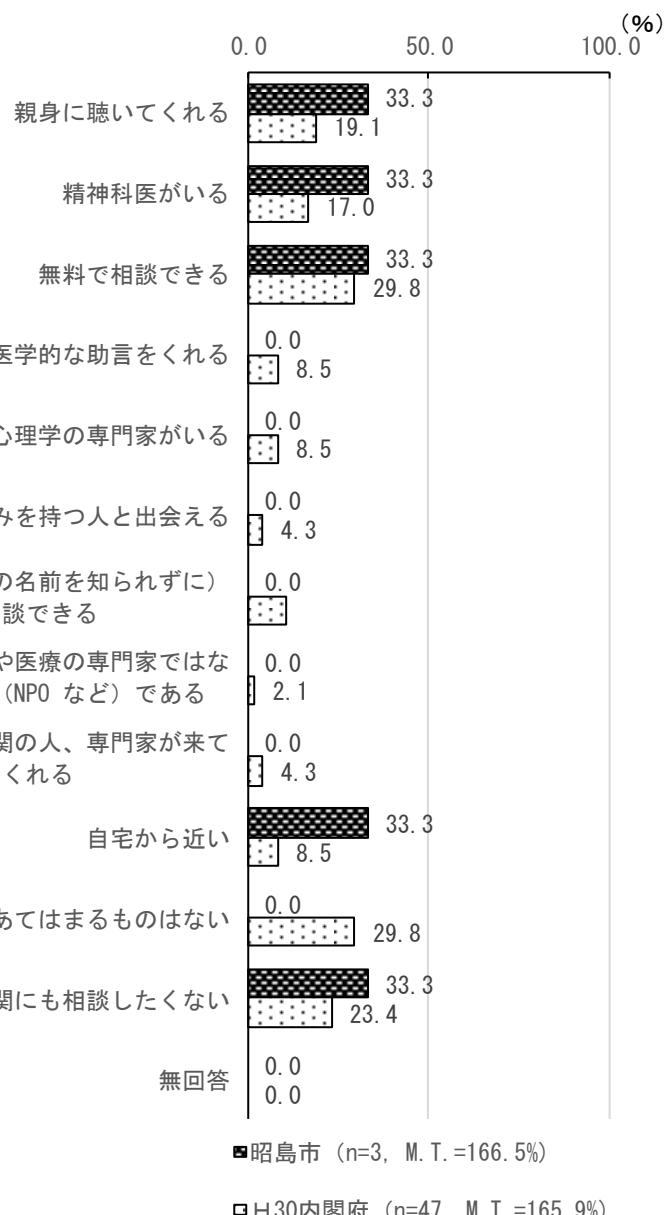


ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいかについては、「あてはまるものはない」(0.0%)と「どのような機関にも相談したくない」(25.0%)を除くと、「心理学の専門家がいる」「精神科医がいる」「匿名で（自分の名前を知られずに）相談できる」が37.5%と最も高く、次いで「親身に聴いてくれる」「医学的な助言をくれる」「同じ悩みを持つ人と出会える」「無料で相談できる」「自宅に公的機関の人、専門家が来てくれる」「自宅から近い」(すべて25.0%)の順になっている。

また、年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「心理学の専門家がいる」「匿名で（自分の名前を知られずに）相談できる」(ともに60.0%)が最も高くなっているが、「40歳～64歳」でこの項目を回答した人はいなかった。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)



内閣府調査と比較すると、昭島市では「親身に聴いてくれる」「精神科医がいる」「無料で相談できる」「自宅から近い」「どのような機関にも相談したくない」（すべて33.3%）のみの回答となっているのに対し、内閣府では幅広い回答が得られている。

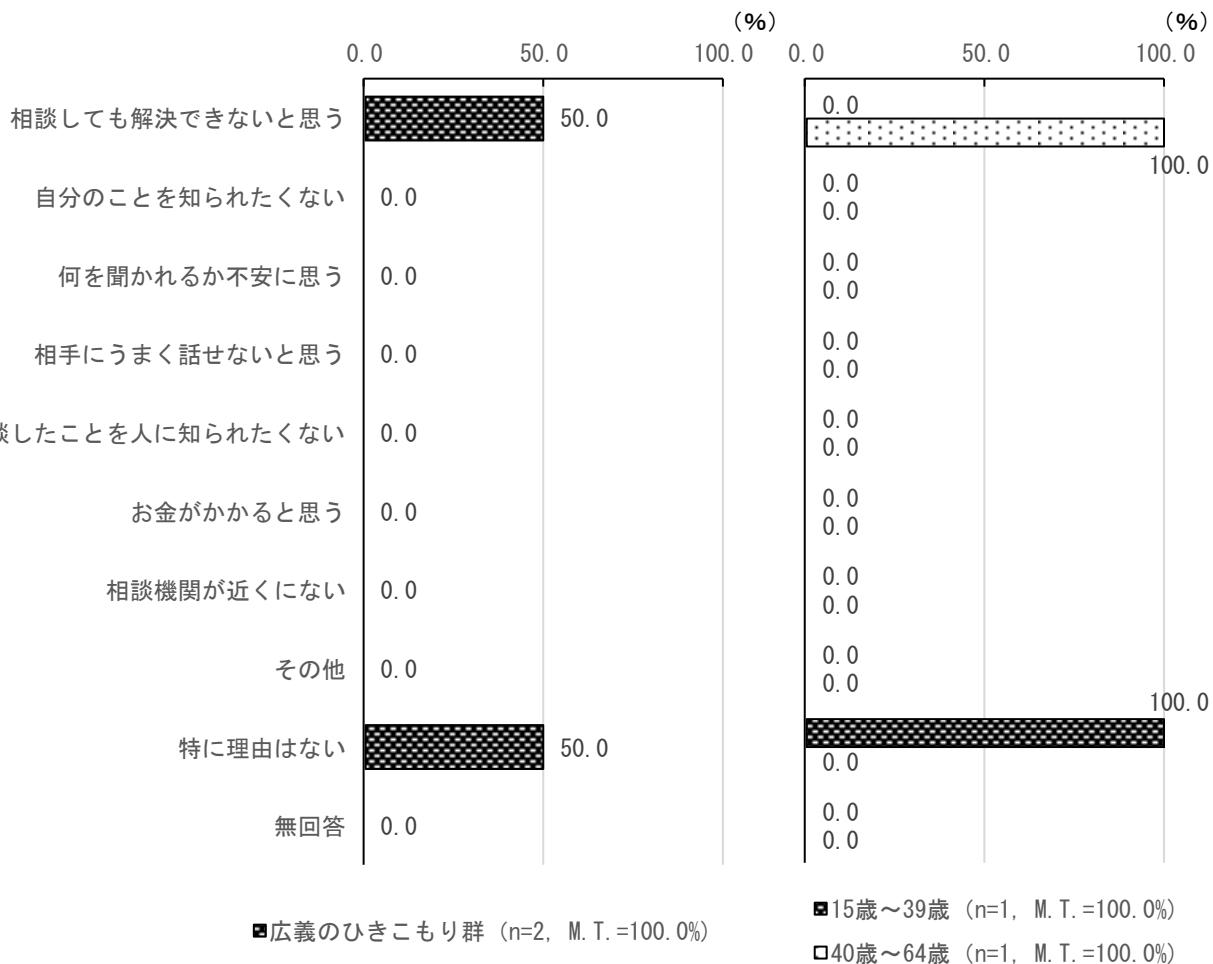
## 25 相談したくない理由

【Q24で「12」に○をついた方のみ、Q25にお答えください。】

Q25 相談したくないと思う理由は何ですか。(○はいくつでも)

【広義のひきこもり群】

【年齢区分別】

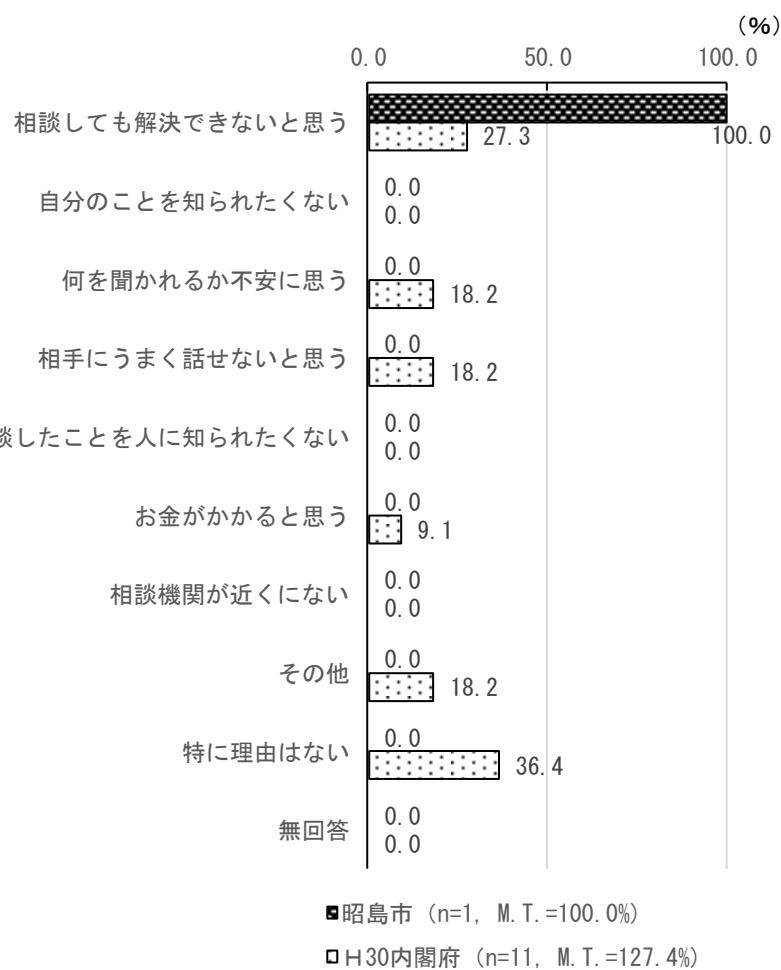


相談したくない理由については、「相談しても解決できないと思う」「特に理由はない」がともに50.0%となっている。

また、年齢区分別にみると、「15歳~39歳」では「特に理由はない」が100.0%であるのに対して、「40歳~64歳」では「特に理由はない」が0.0%、「相談しても解決できないと思う」が100.0%となっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）

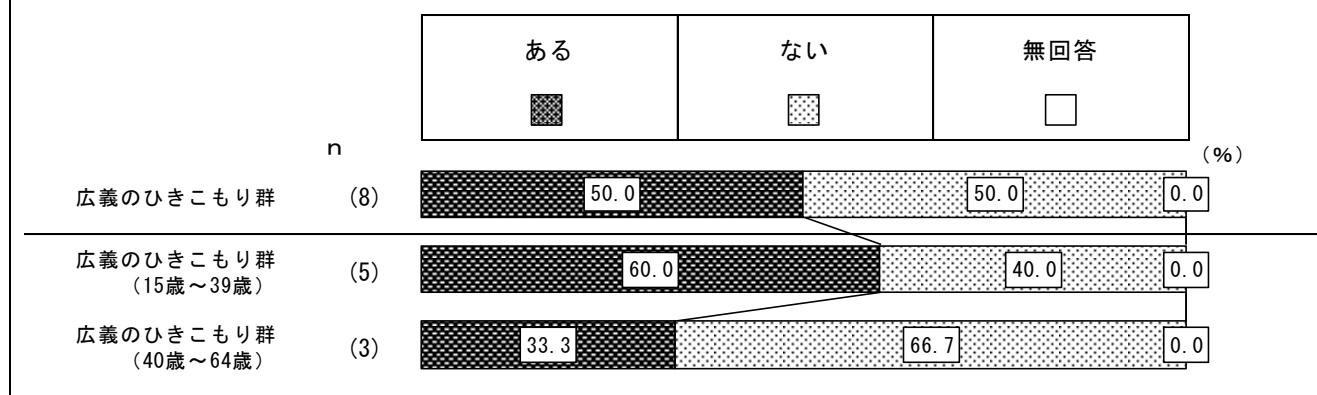


内閣府調査と比較すると、昭島市では「相談しても解決できないと思う」(100.0%)のみの回答となっているのに対して、内閣府調査では「特に理由はない」(36.4%)、「相談しても解決できないと思う」(27.3%)、「何を聞かれるか不安に思う」「相手にうまく話せないと思う」「その他」(すべて18.2%)の順になっている。

## 26 関係機関に相談した経験

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

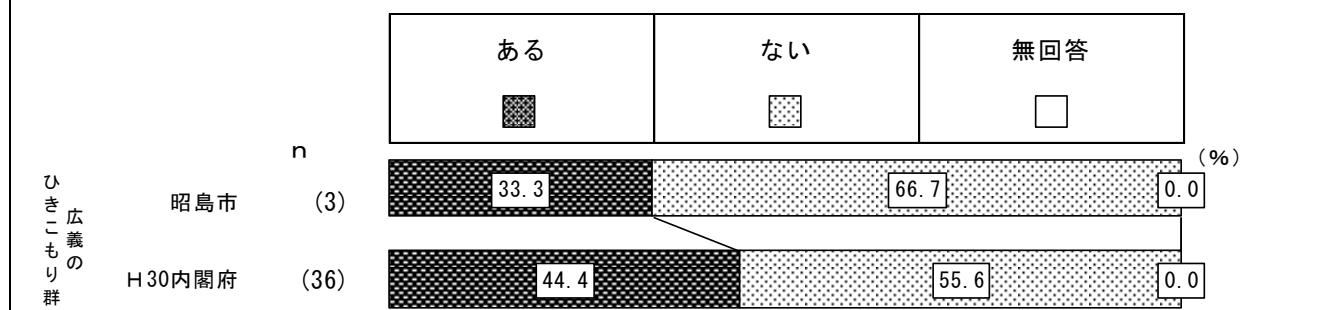
Q26 現在の状態について、関係機関に相談したことはありますか。(○はひとつだけ)



関係機関に相談した経験については、「ある」が50.0%となっている。

また、年齢区別にみると、「15歳～39歳」では「ある」が60.0%だったのに対して、「40歳～64歳」では「ある」が33.3%となっている。

## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、昭島市では「ある」が11.1ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

#### 27 相談した機関

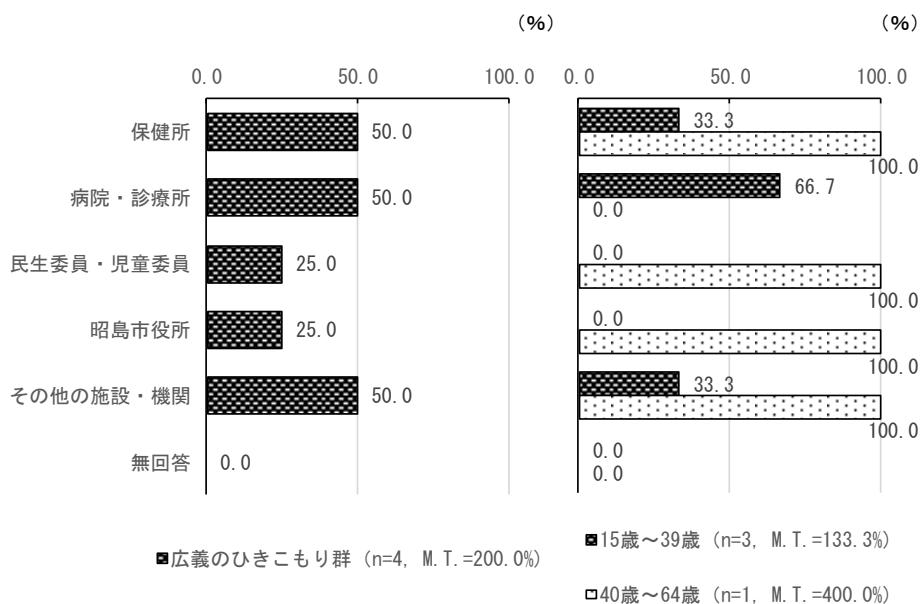
【Q26で「1」に○をつけた方のみ、Q27～Q28にお答えください。】

Q27 どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことのある機関に○をつけてください。

(○はいくつでも)

[広義のひきこもり群]

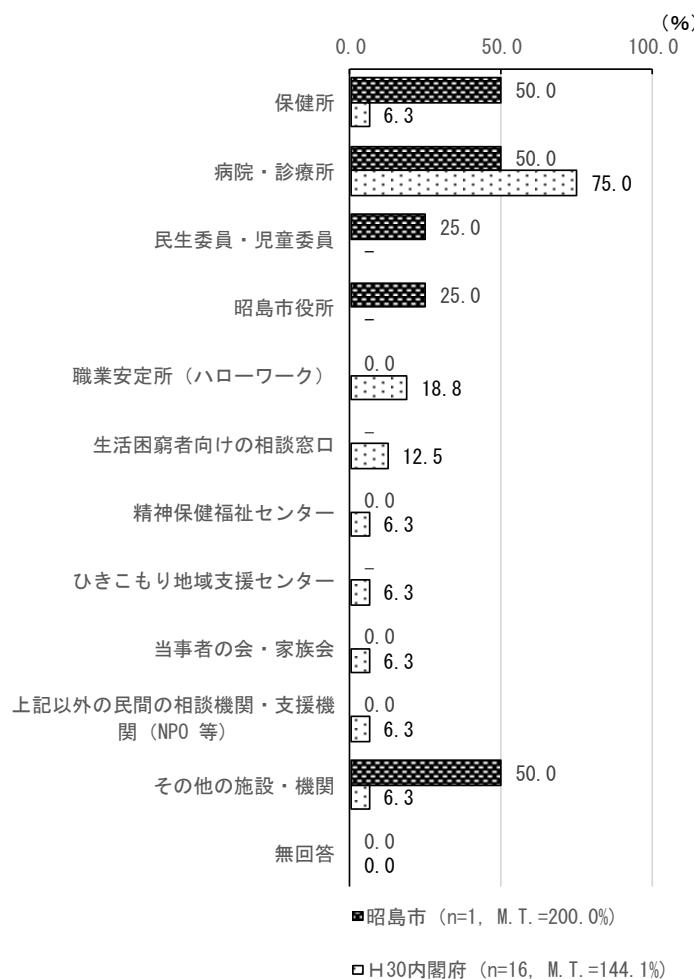
[年齢区分別]



※回答者がいなかった項目については、上記の図表から除外している。

相談した機関については、「保健所」「病院・診療所」「その他の施設・期間」が50.0%、「民生委員・児童委員」「昭島市役所」が25.0%となっている。

## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



※「昭島市役所」「民生委員・児童委員」は昭島市のみ、「生活困窮者向けの相談窓口」「ひきこもり地域支援センター」は内閣府調査のみの項目。

※「当事者の会・家族会」の項目について、昭島市においては「昭島市内の当事者の会・家族会」「昭島市以外の当事者の会・家族会」となっている。

内閣府調査と比較すると、「病院・診療所」が最も高い割合となっていることは共通しており、内閣府調査では続いて「職業安定所（ハローワーク）」（18.8%）、「生活困窮者向けの相談窓口」（12.5%）の順になっている。

### III 調査の結果

#### 28 相談した結果

【Q26で「1」に○をつけた方のみ、Q27～Q28にお答えください。】

Q28 相談機関に相談した結果について、どのようにお考えですか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答は原文のまま記載しているが個人が特定できないよう加工している。

すこしづづ、おちついてきた。

現在の体の状態と仕事に関して医師に相談。現在健康状態も良化し、仕事を捗している。

全く、親身になって考えない。

自分にとってプラスだった。

「自分に合った仕事をさがす」というより、「職場に合うように矯正される」という感じで窮屈。

精神科に長らく通院していたけど、私にはカウンセリングの方が合っていると思った。

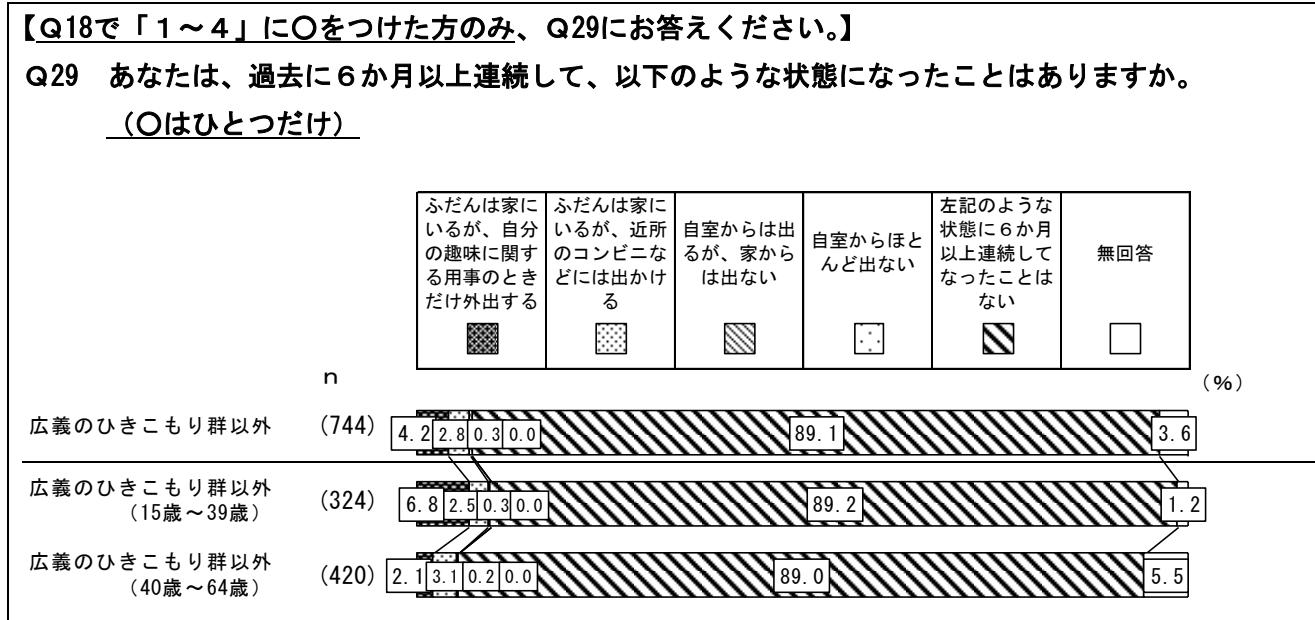
子どものことで分からないことを聞けてよかったです。

※Q29の設問は、過去に広義のひきこもり群であったと思われる人を定義するために使用した。

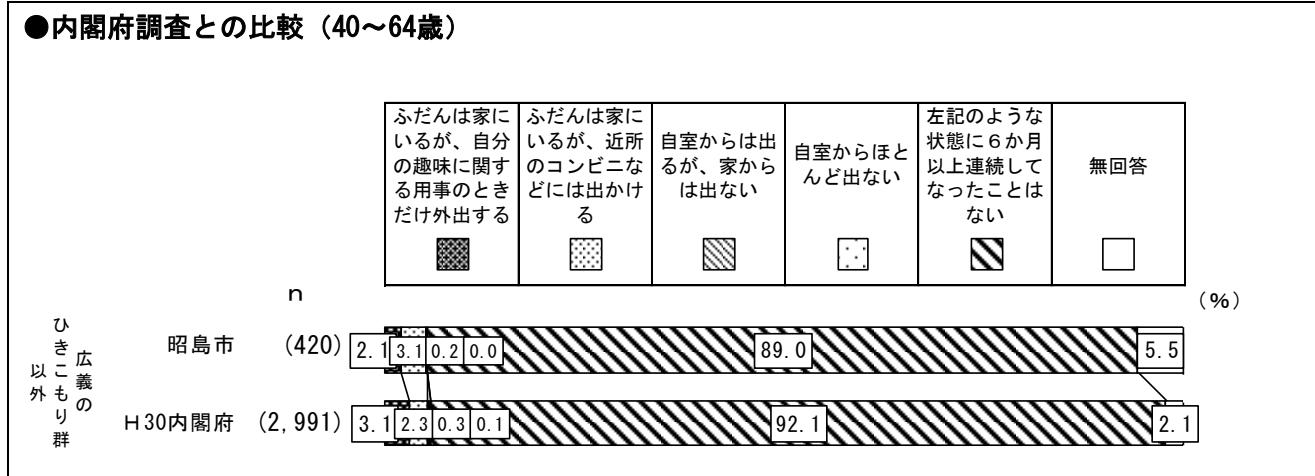
## 29 過去の外出頻度

【Q18で「1～4」に○をつけた方のみ、Q29にお答えください。】

Q29 あなたは、過去に6か月以上連續して、以下のような状態になったことはありますか。  
(○はひとつだけ)



### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、大きな違いはみられない。

### III 調査の結果

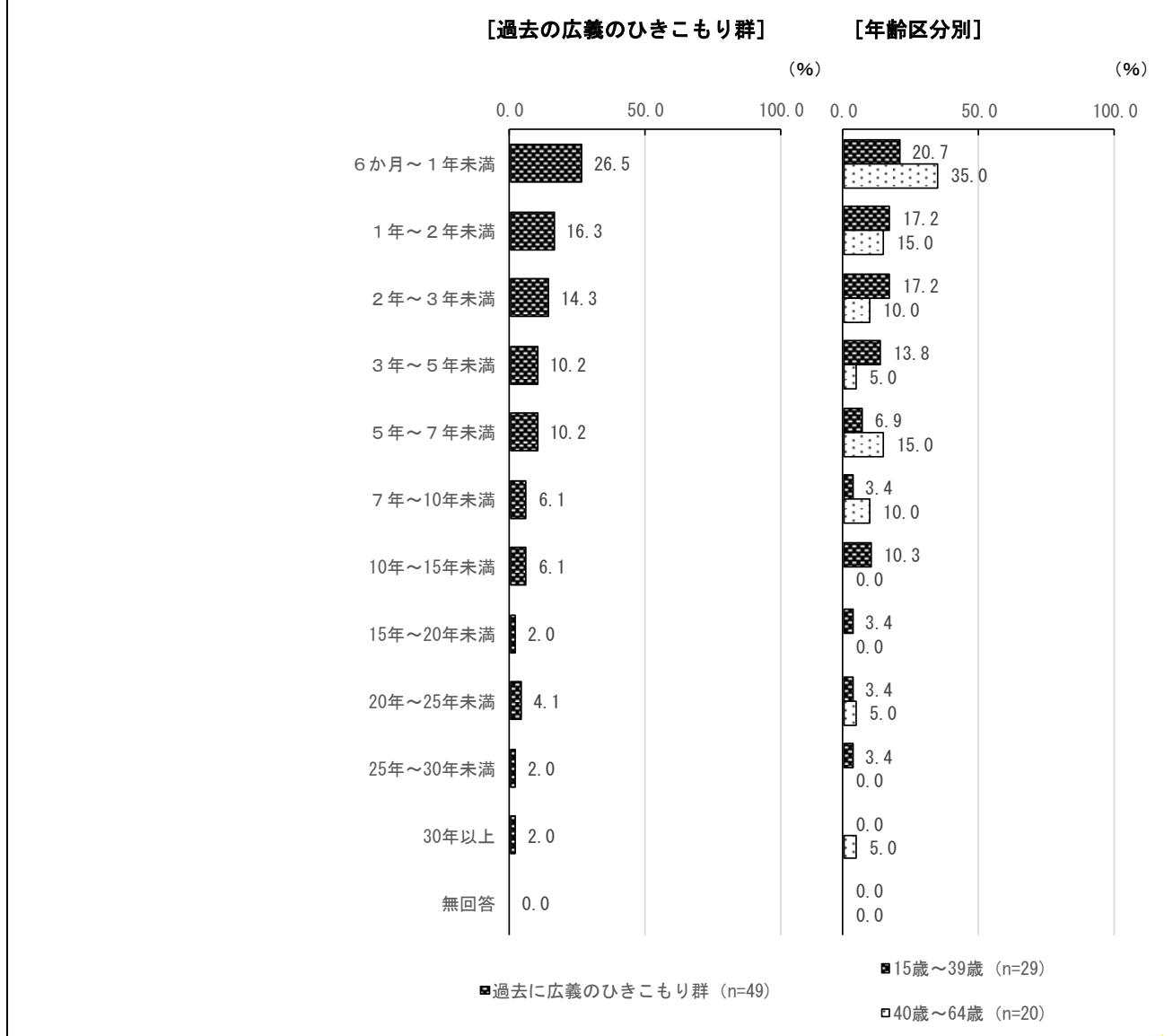
※Q30～Q33は、Q18において外出頻度が高かった人（Q18において1～4を選択した人）のみが回答する項目となっている。

本報告書では、その中でも過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の結果について記載する。

#### 30 過去にひきこもりの状態だった期間

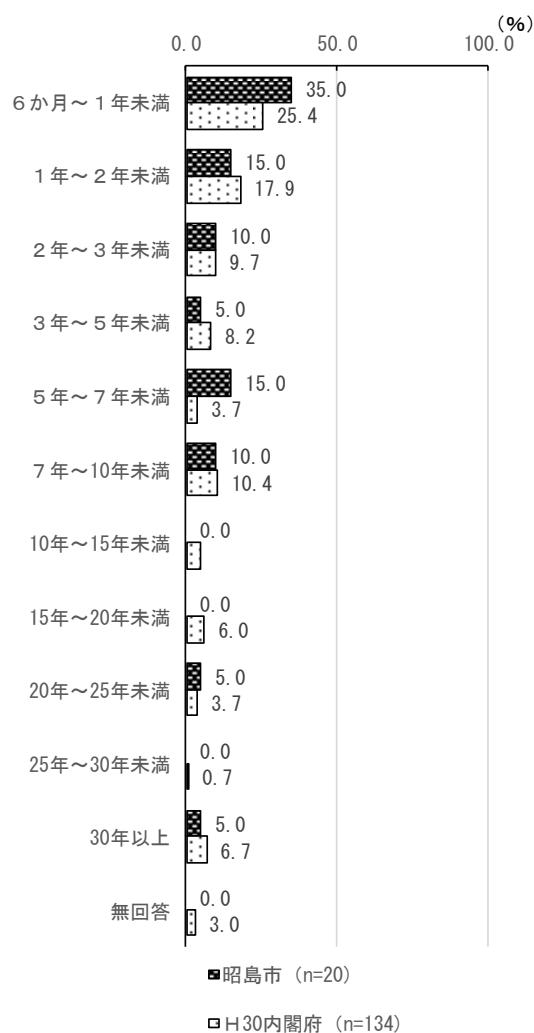
【Q29で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30～Q33にお答えください。】

Q30 あなたのその状態はどれくらい続きましたか。（○はひとつだけ）



過去にひきこもりの状態だった期間については、「6か月～1年未満」の割合が26.5%と最も高く、次いで「1年～2年未満」(16.3%)、「2年～3年未満」(14.3%)、「3年～5年未満」「5年～7年未満」(ともに10.2%)の順になっている。

## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、昭島市では「6か月～1年未満」「2年～3年未満」「5年～7年未満」「20年～25年未満」が内閣府調査よりも高い割合になっているのに対して、内閣府調査では「1年～2年未満」「3年～5年未満」「7年～10年未満」「30年以上」が昭島市よりも高い割合になっている。

### III 調査の結果

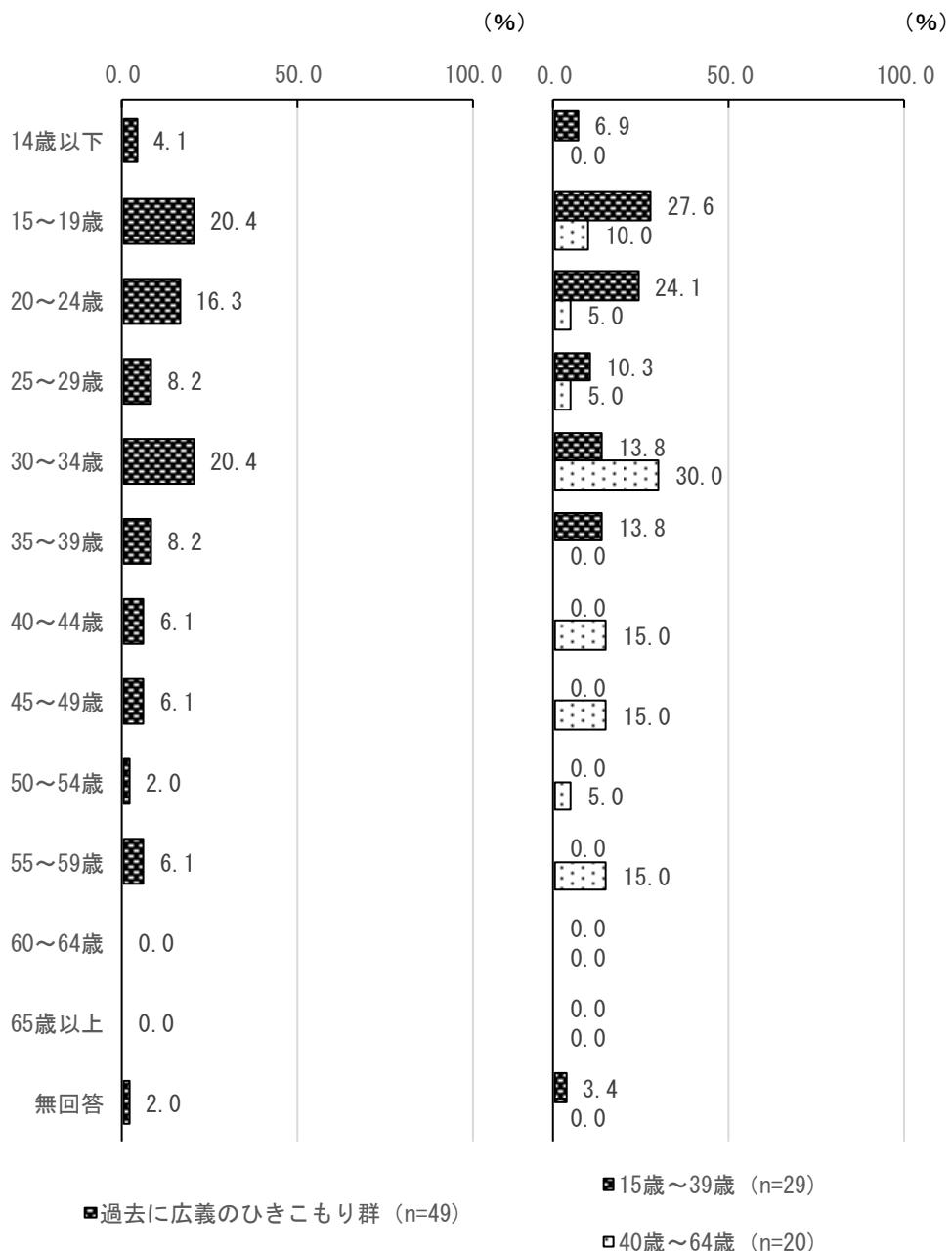
#### 31 過去に初めてひきこもりの状態になった年齢

【Q29で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30～Q33にお答えください。】

Q31 あなたが初めてその状態になったのは、何歳の頃ですか。(数字で具体的に)

[過去の広義のひきこもり群]

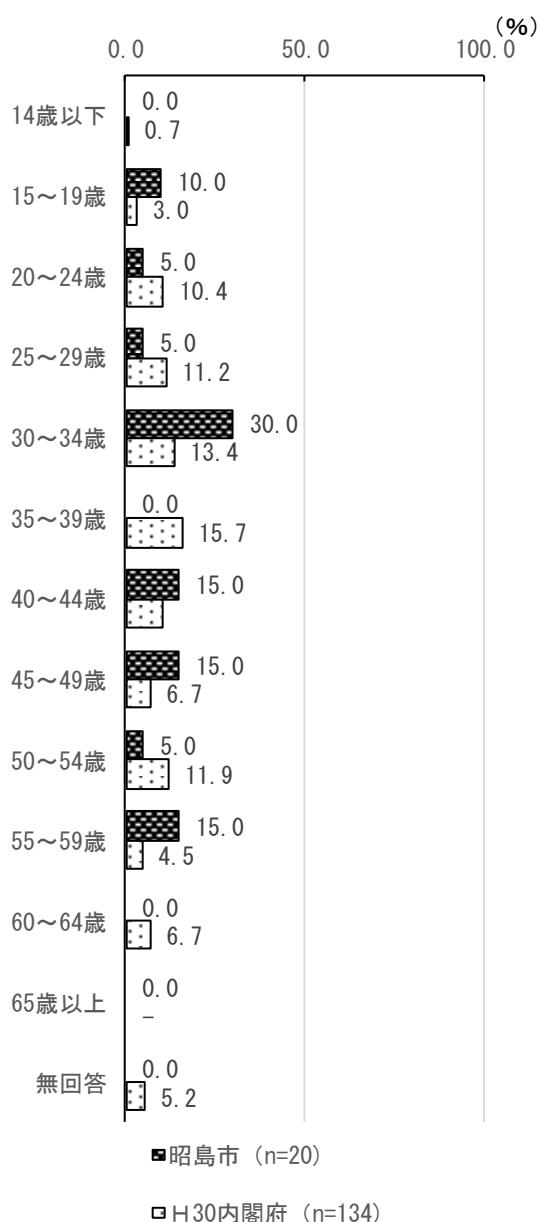
[年齢区分別]



過去に初めてひきこもりの状態になった年齢については、「15～19歳」「30～34歳」がともに20.4%と最も高く、次いで「20～24歳」(16.3%)、「25～29歳」「35～39歳」(ともに8.2%)の順になっている。

また、年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「15～19歳」(27.6%)、「20～24歳」(24.1%)、「30～34歳」「35～39歳」(ともに13.8%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「30～34歳」(30.0%)、「40～44歳」「45～49歳」「55～59歳」(すべて15.0%)の順になっている。

## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



※「65歳以上」の項目は昭島市のみ

無回答を除いて内閣府調査と比較すると、「15～19歳」「30～34歳」「40～44歳」「45～49歳」「55～59歳」は昭島市の方が、それ以外では内閣府調査の方が、それぞれ高い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 32 過去にひきこもりの状態になったきっかけ

【Q29で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30～Q33にお答えください。】

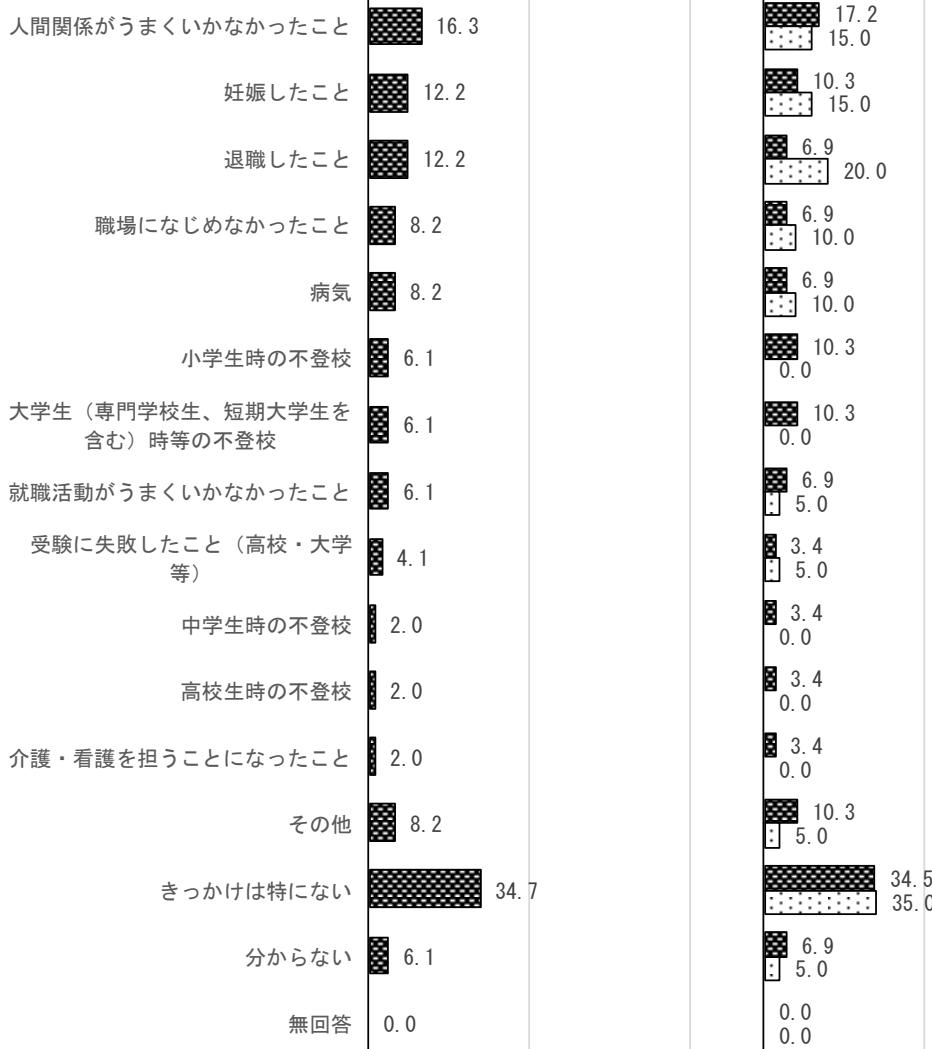
Q32 あなたがその状態になったきっかけは何でしたか。(○はいくつでも)

【過去の広義のひきこもり群】

【年齢区分別】

(%) (%)

0.0 50.0 100.0 0.0 50.0 100.0



■過去に広義のひきこもり群  
(n=49, M.T.=134.5%)

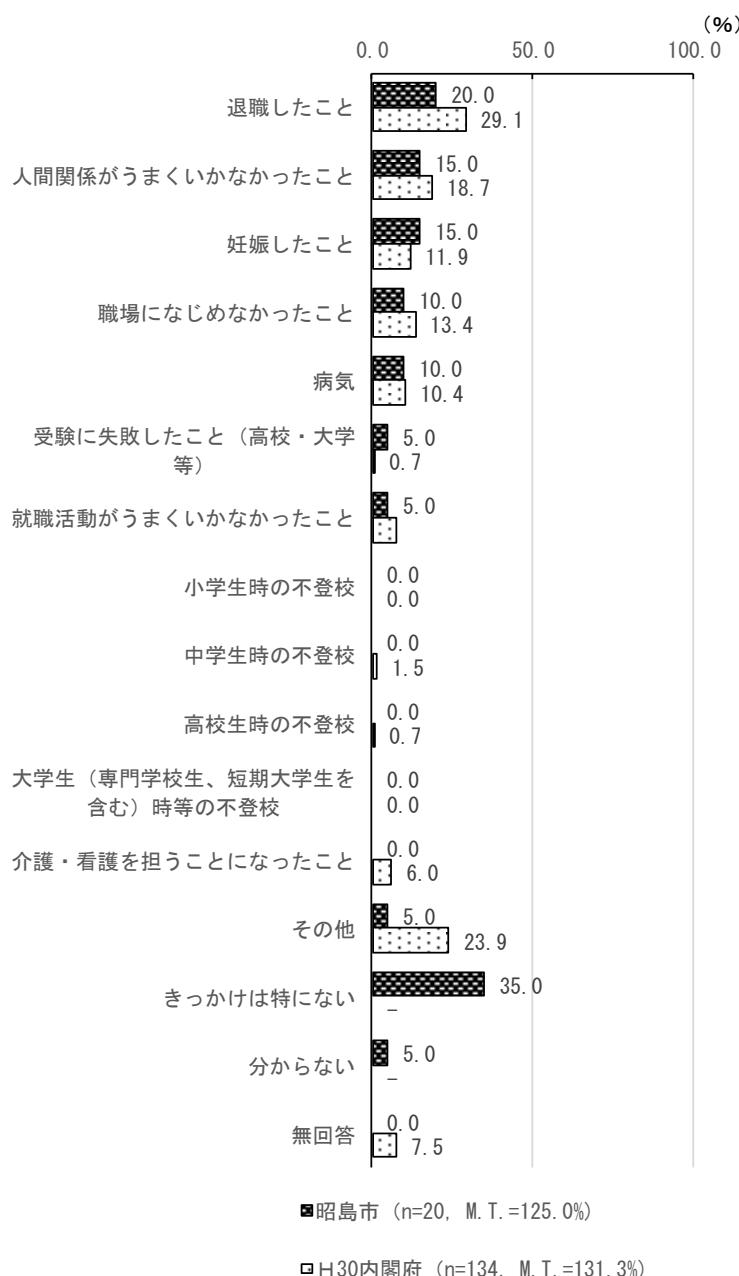
■15歳～39歳 (n=29, M.T.=141.0%)

□40歳～64歳 (n=20, M.T.=125.0%)

過去にひきこもりの状態になったきっかけについては、「きっかけは特にない」(34.7%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」(16.3%)、「妊娠したこと」「退職したこと」(ともに12.2%)の順になっている。

また、年齢区分別にみると、「15歳～39歳」では「きっかけは特にない」(34.5%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」(17.2%)、「妊娠したこと」「小学生時の不登校」「大学生（専門学校生、短期大学生を含む）時等の不登校」「その他」(すべて10.3%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「きっかけは特にない」(35.0%)、「退職したこと」(20.0%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」「妊娠したこと」(ともに15.0%)の順になっている。

## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



※「きっかけは特にない」「分からぬ」は昭島市ののみの項目

「その他」および無回答を除いて内閣府調査と比較すると、昭島市では「退職したこと」(20.0%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」「妊娠したこと」(ともに15.0%)、「職場になじめなかつたこと」「病気」(ともに10.0%)の順になっているのに対して、内閣府調査では「退職したこと」(29.1%)、「人間関係がうまくいかなかつたこと」(18.7%)、「職場になじめなかつたこと」(13.4%)、「妊娠したこと」(11.9%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### 33 ひきこもりの状態ではなくなったきっかけや役立ったこと

【Q29で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30～Q33にお答えください。】

Q33 あなたが、その状態から、Q18で回答した現在の状態になったきっかけや役立ったことは何だと思いますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋し、ひきこもりの状態ではなくなったきっかけや役立ったこと別に分類した。なお、回答は原文のまま記載しているが個人が特定できないよう加工している。

##### ＜就職・転職＞

仕事が、切れてしまって、次の職がきまるまで、いろんな、シカクを取ってそなえたので、ムダになっていない。
金が足りなくなって働きだしたから。
高校を卒業してからずっと無職の状態が続いていましたが27、28歳の時に昭島市の「あいぼっく」に行き、中神の「虹のセンター25」を紹介していただきそこから現在通所している作業所を紹介していただいて現在に至ります。
育休から仕事復帰した。
育休明け職場復帰。
ストレスを軽減する為に何もしない状態をつくったが、余計に体調をくずし悪化はしたが、ちゃんと受診したことにより安心しゆっくりと仕事につく事が出来た。
子供を保育園に預け、職場復帰したため。
就職すること。
復職先が決まった。

##### ＜家族・友人＞

家族や友人の支え。いつでも味方になってくれる人がいる安心感が、社会で辛くても頑張つていける力になりました。自分も大切な人を守れるようになるために、頑張ることができたと思います。
--

##### ＜医療＞

訪問看護をうけたこと。
投薬治療がうまく行った。
通院。

## &lt;自身の変化&gt;

働いて収入を得るという達成感や自己研鑽の重要性に気づき、それを進めたいと思ったため。先の事を考えると過去のような状態のままだと危険であると判断したため。逆算思考が役に立ったのではと思います。
外出が面倒だし用事がなければ外出しない
学び直したいと考えた為。
バイトでも良いので外の世界にふれる事。人との交流。
だんなとあいあわれた。けっこんして自信が持て、生活リズムが良くなつた。
お金がなくなった。
生育環境(時代の影響含む)による価値観や自己認識の歪みを少しずつ矯正したから。一般基準に必ずしも自分が合わせられるものではない反面、自分が社会で生きる上で役立つ瞬間を逃さずキャッチしてきたから。
引っ越し(環境を変える)。
人間関係で精神的にきつくなつてまた同じことをくり返すのではと不安になる。けど全く人と関わらないとダメになるのもわかつてるので連絡はとるようにしている。

## &lt;趣味&gt;

推しの存在。
推し活が楽しくて仕事や育児、家事の活力になったのと友達とも楽しく過ごせて良い気分転換になつていて。
少しでも興味のあることがあつたら習い事をしたり、勉強して、自分の好きなことを増やしていくようにしています。

## &lt;新型コロナウイルス感染症（コロナ禍）&gt;

コロナがおさまり、世間一般の自粛ムードがとされた為。
コロナの外出制限が解けたため。

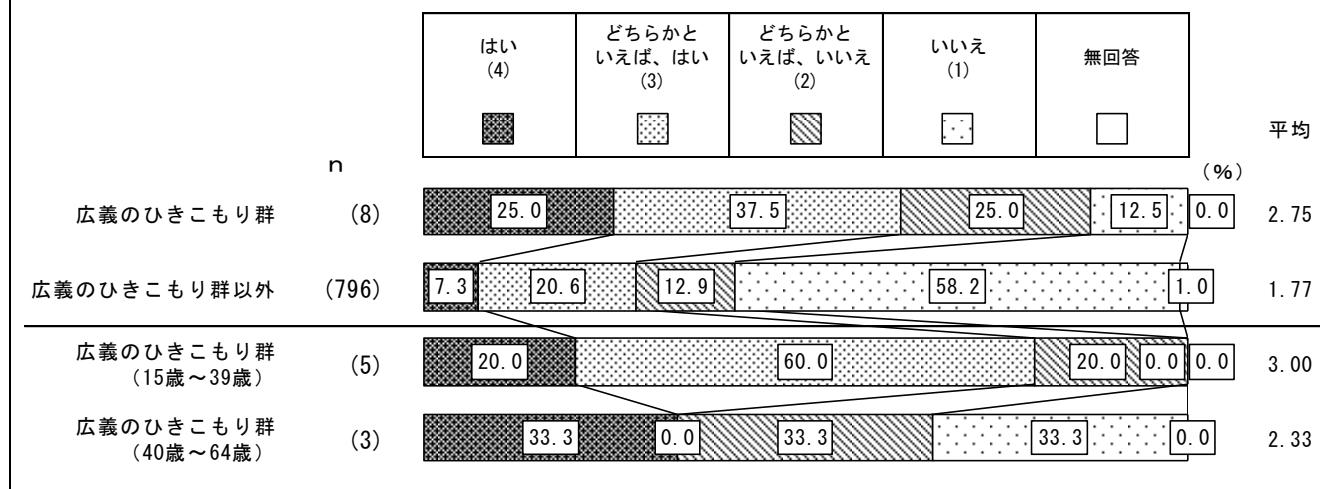
### III 調査の結果

#### 34 自身にあてはまるごと

【Q34～Q41はすべての方がお答えください。】

Q34 次にあげられたごとについて、あなた自身にあてはまるものに○をつけてください。  
(○は各項目につき、ひとつ)

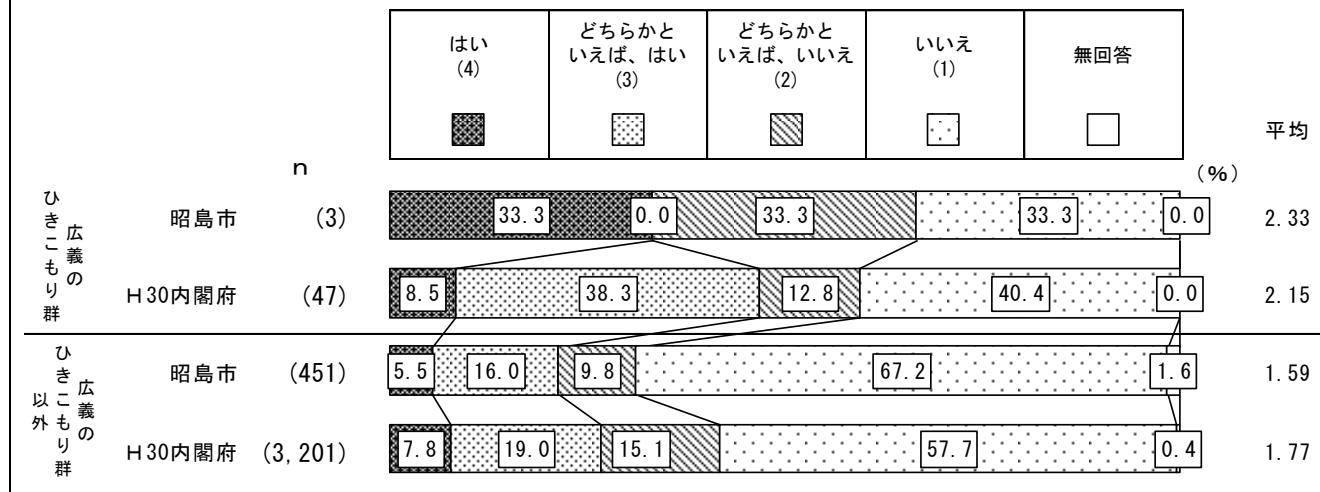
(1) 身の回りのことは家族がしている



『身の回りのことは家族がしている』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は広義のひきこもり群で62.5%、広義のひきこもり群以外で27.9%と、広義のひきこもり群の方が34.6ポイント高くなっている。

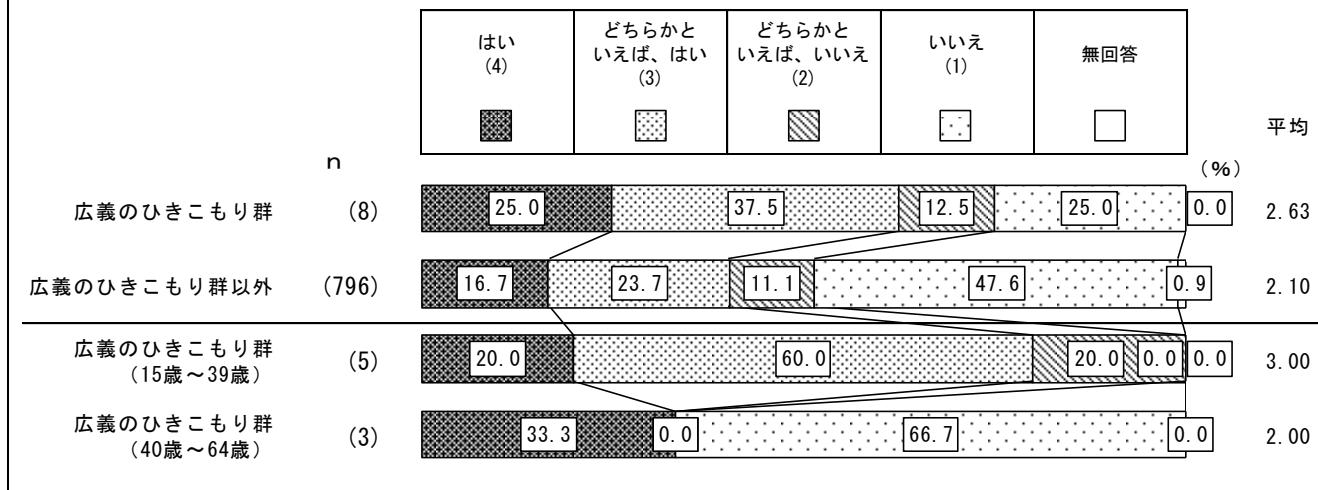
また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が46.7ポイント高くなっている。

#### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で46.8%と、昭島市の方が13.5ポイント低くなっている。

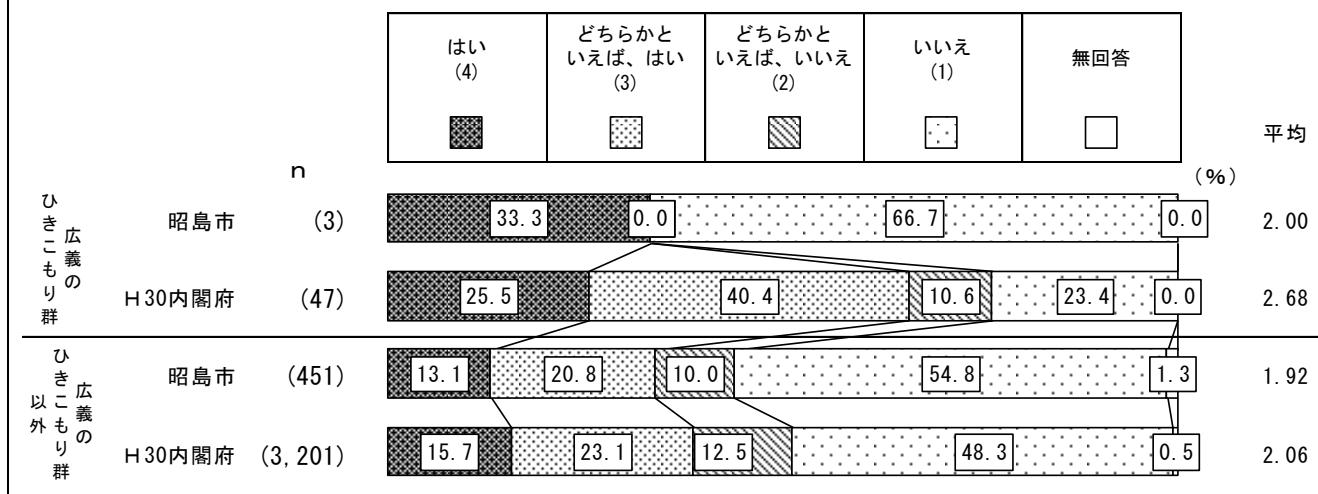
## Q34 (2) 食事や掃除は家族がしている



『食事や掃除は家族がしている』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は廣義のひきこもり群で62.5%、廣義のひきこもり群以外で40.4%と、廣義のひきこもり群の方が22.1ポイント高くなっている。

また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が46.7ポイント高くなっている。

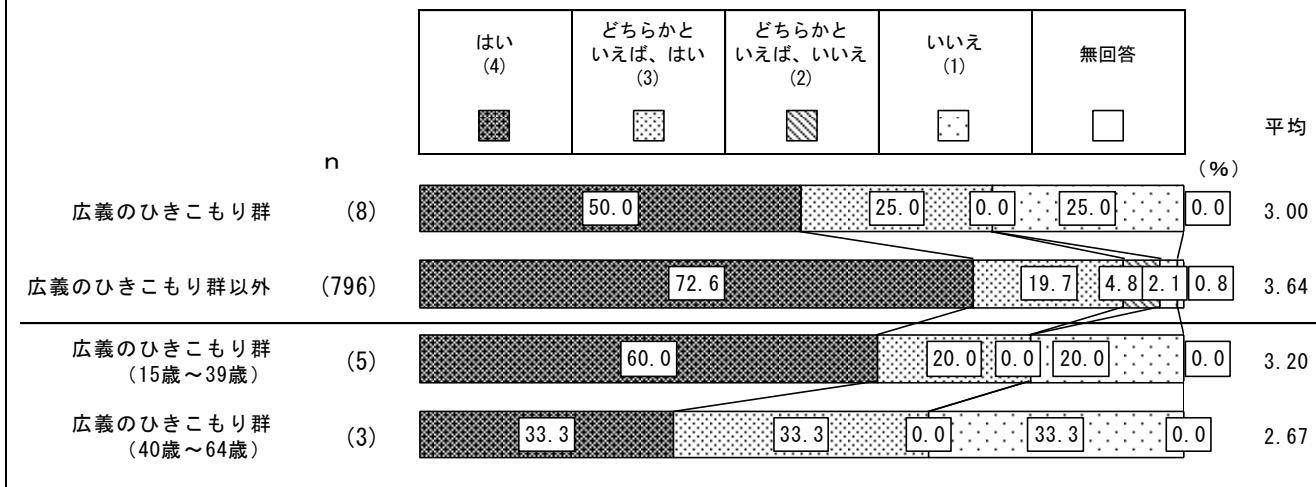
## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、廣義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で65.9%と、昭島市の方が32.6ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

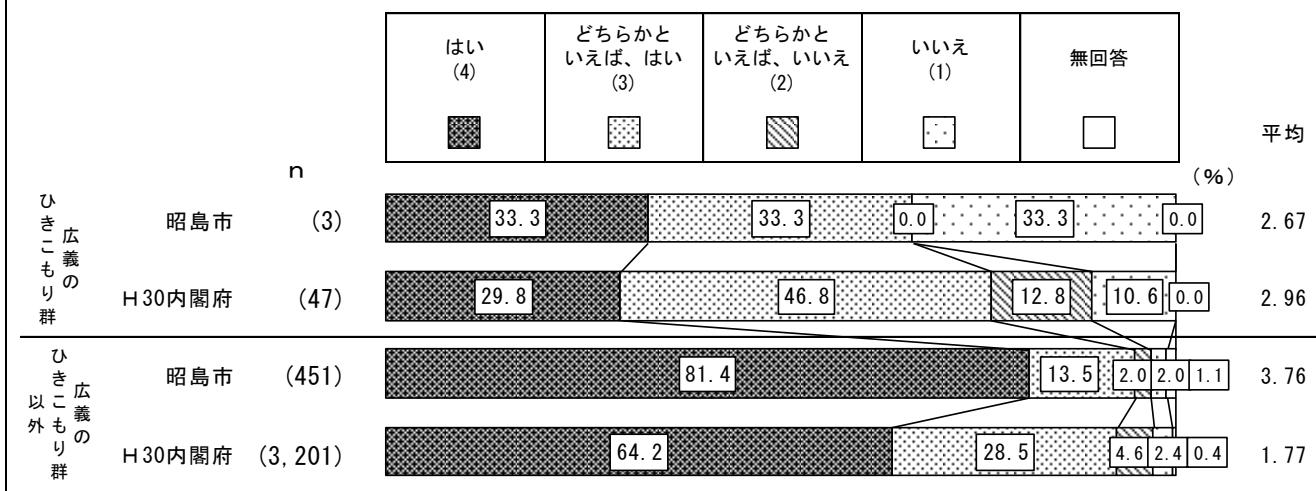
#### Q34 (3) 朝、決まった時間に起きられる



『朝、決まった時間に起きられる』について、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえばいいえ」）は広義のひきこもり群で25.0%、広義のひきこもり群以外で6.9%と、広義のひきこもり群の方が18.1ポイント高くなっている。

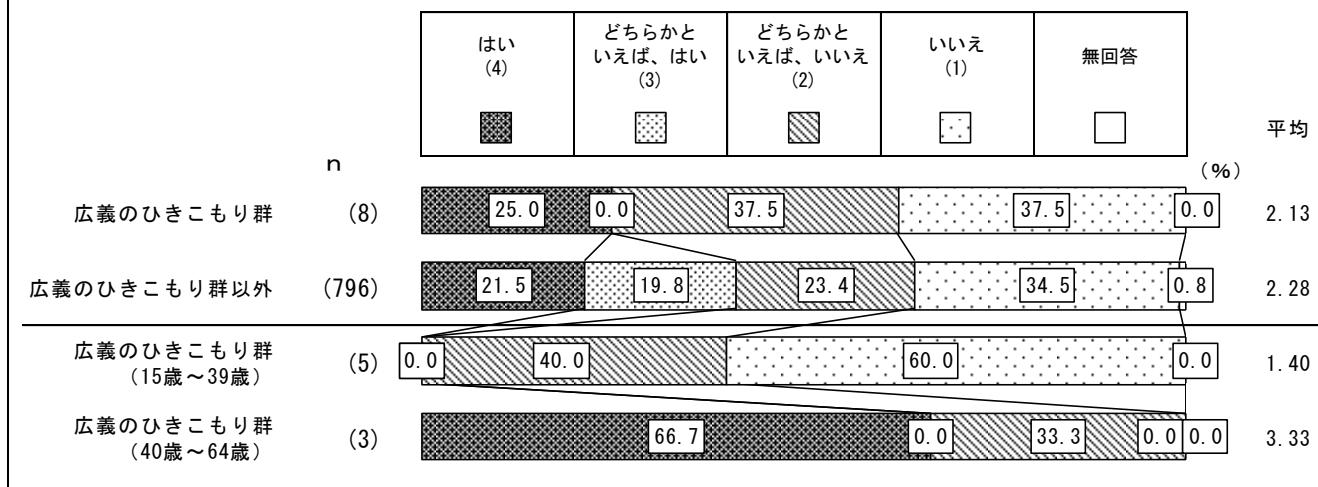
また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえばいいえ」）は「15歳～39歳」で20.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が13.3ポイント低くなっている。

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえばいいえ」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で23.4%と、昭島市の方が9.9ポイント高くなっている。

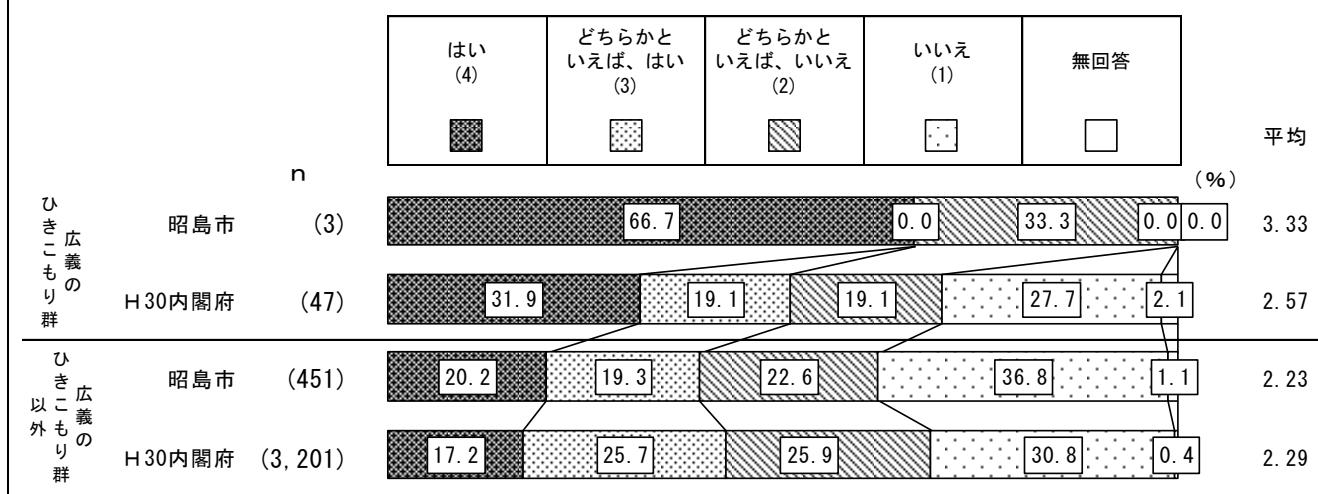
## Q34 (4) 深夜まで起きていることが多い



『深夜まで起きていることが多い』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえど、はい」）は廣義のひきこもり群で25.0%、廣義のひきこもり群以外で41.3%と、廣義のひきこもり群以外の方が16.3ポイント高くなっている。

また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえど、はい」）は「15歳～39歳」で40.0%、「40～64歳」で66.7%と、「40歳～64歳」の方が26.7ポイント高くなっている。

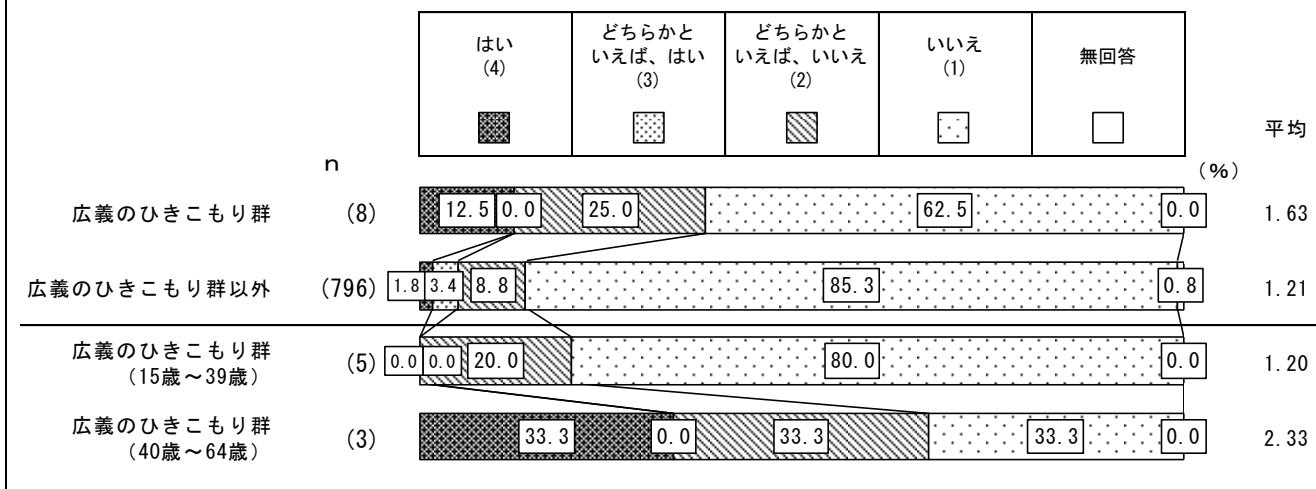
## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、廣義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえど、はい」）は昭島市で66.7%、内閣府調査で51.0%と、昭島市の方が15.7ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

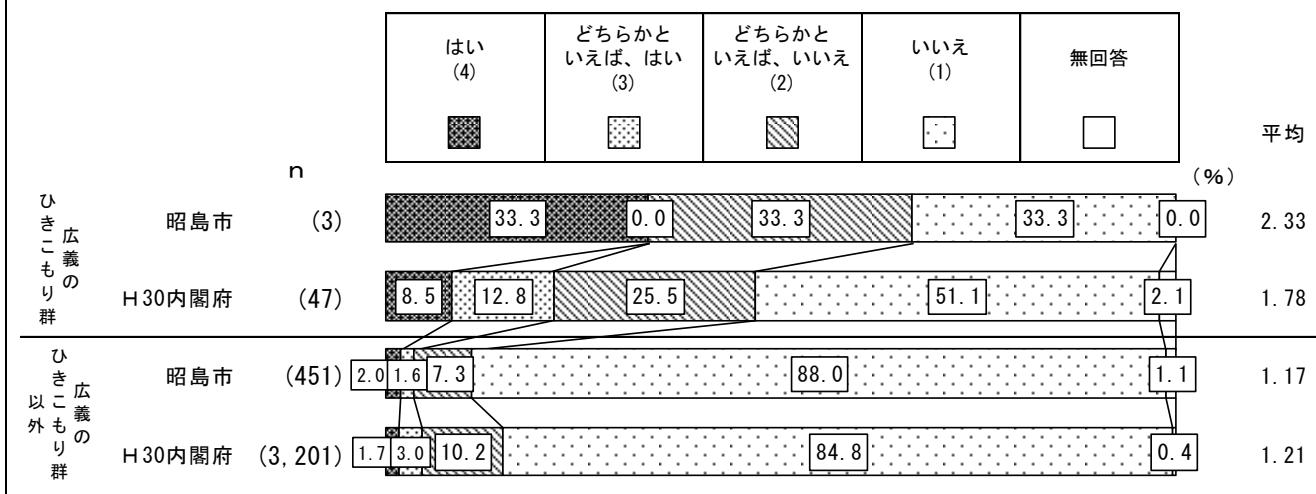
#### Q34 (5) 昼夜逆転の生活をしている



『昼夜逆転の生活をしている』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は広義のひきこもり群で12.5%、広義のひきこもり群以外で5.2%と、広義のひきこもり群の方が7.3ポイント高くなっている。

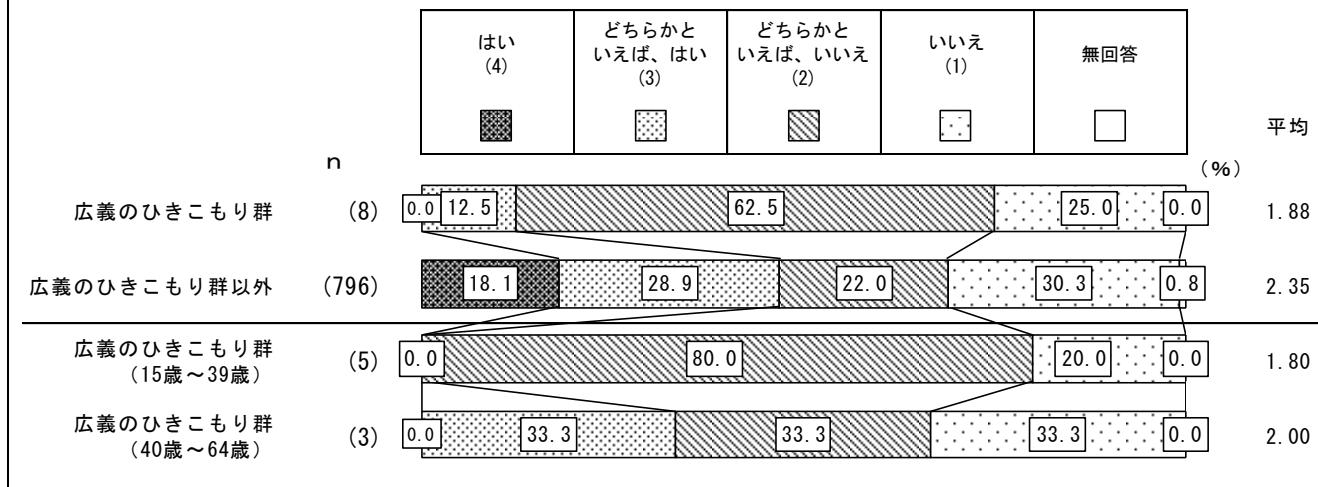
また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は「15歳～39歳」で0.0%、「40～64歳」で33.3%と、「40歳～64歳」の方が33.3ポイント高くなっている。

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども はい」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で21.3%と、昭島市の方が12.0ポイント高くなっている。

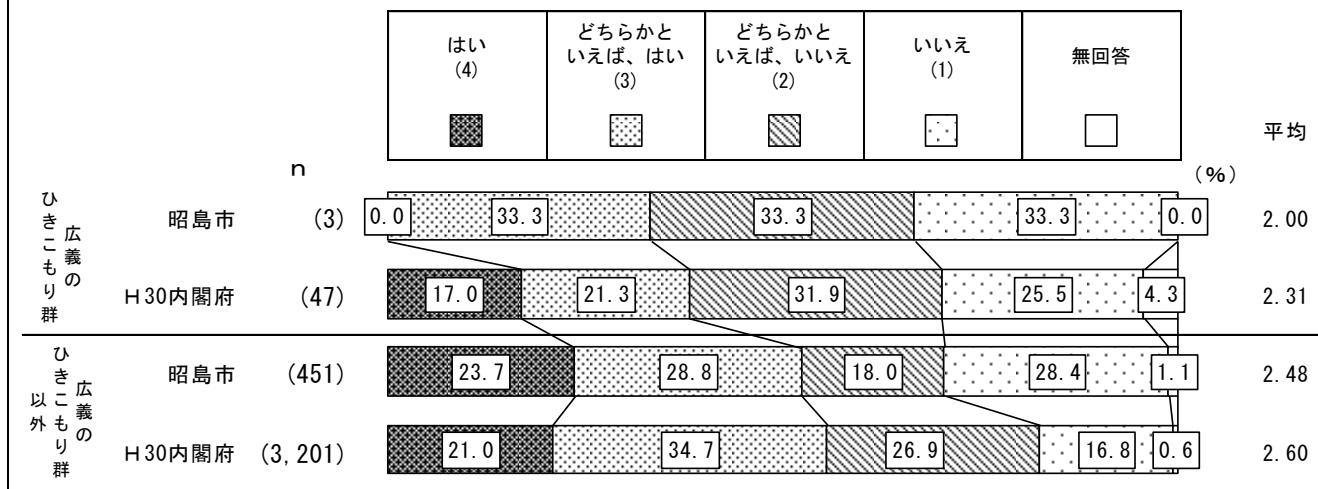
## Q34 (6) 新聞の政治や経済・社会報道によく目を通す



『新聞の政治や経済・社会報道によく目を通す』について、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえはいいえ」）は広義のひきこもり群で87.5%、広義のひきこもり群以外で52.3%と、広義のひきこもり群の方が35.2ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえはいいえ」）は「15歳～39歳」で100.0%、「40～64歳」で66.6%と、「15歳～39歳」の方が33.4ポイント高くなっている。

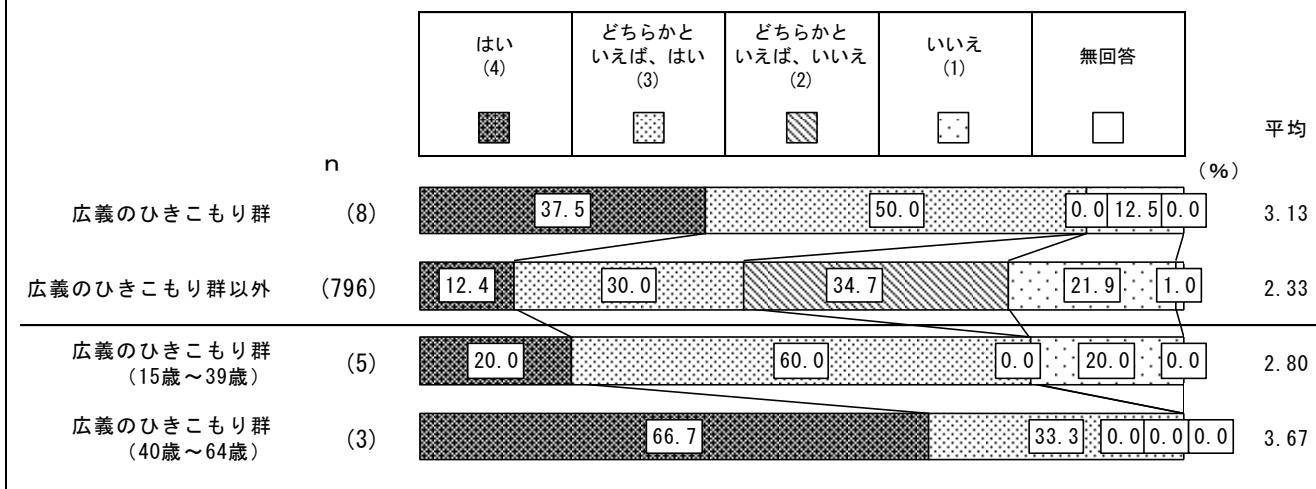
## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『いいえ』（「いいえ」 + 「どちらかといえはいいえ」）は昭島市で66.6%、内閣府調査で57.4%と、昭島市の方が9.2ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

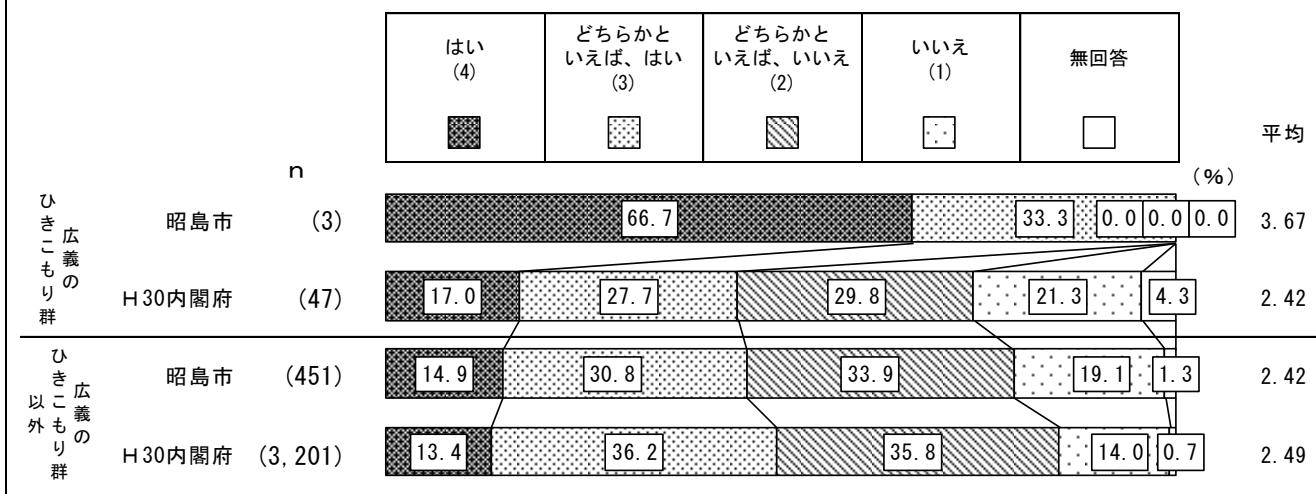
#### Q34 (7) 自分の周辺には理不尽と思うことがたくさんある



『自分の周辺には理不尽と思うことがたくさんある』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は広義のひきこもり群で87.5%、広義のひきこもり群以外で42.4%と、広義のひきこもり群の方が45.1ポイント高くなっている。

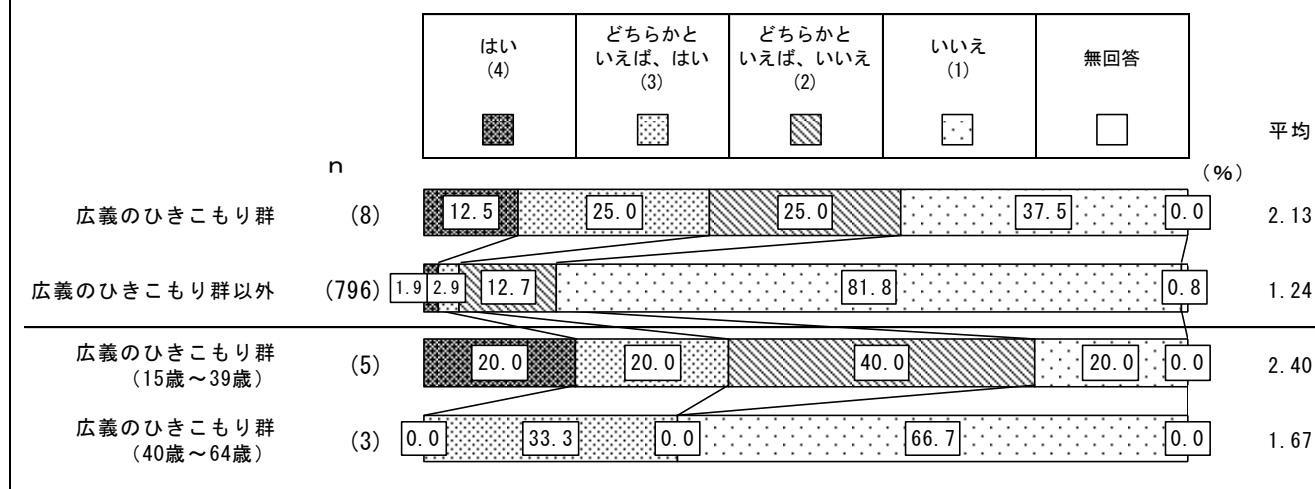
また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で100.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント低くなっている。

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は昭島市で100.0%、内閣府調査で44.7%と、昭島市の方が55.3ポイント高くなっている。

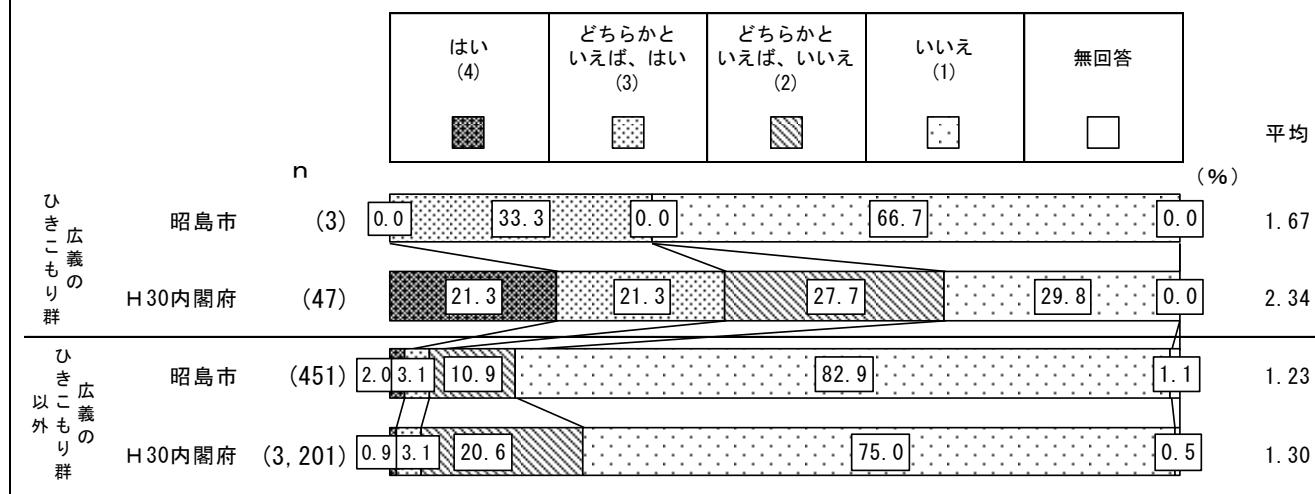
## Q34 (8) 誰とも口を利かずに過ごす日が多い



『誰とも口を利かずに過ごす日が多い』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は広義のひきこもり群で37.5%、広義のひきこもり群以外で4.8%と、広義のひきこもり群の方が32.7ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は「15歳～39歳」で40.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が6.7ポイント高くなっている。

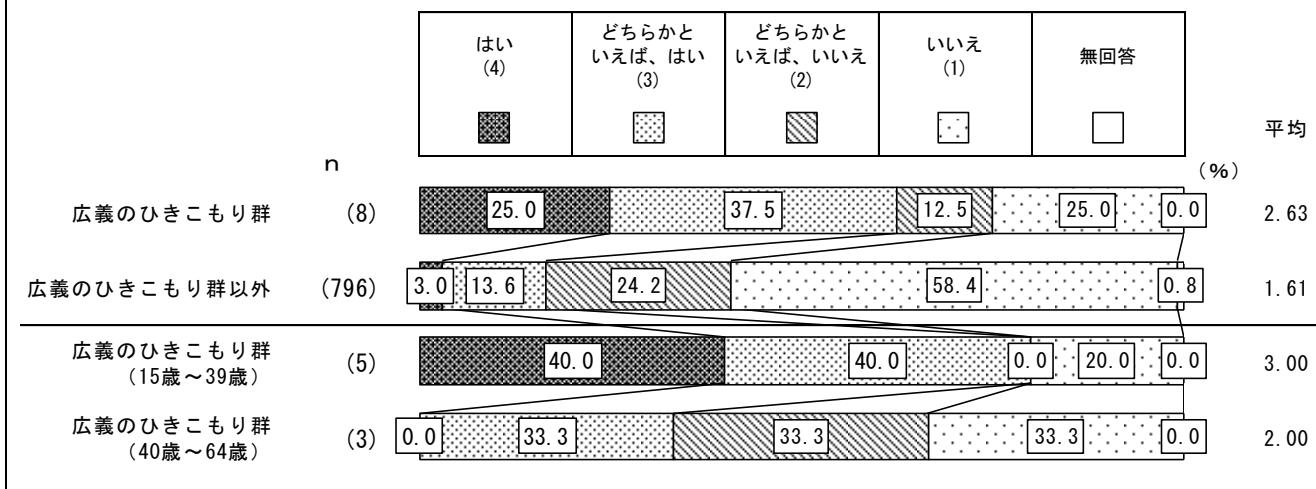
## ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で42.6%と、昭島市の方が9.3ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

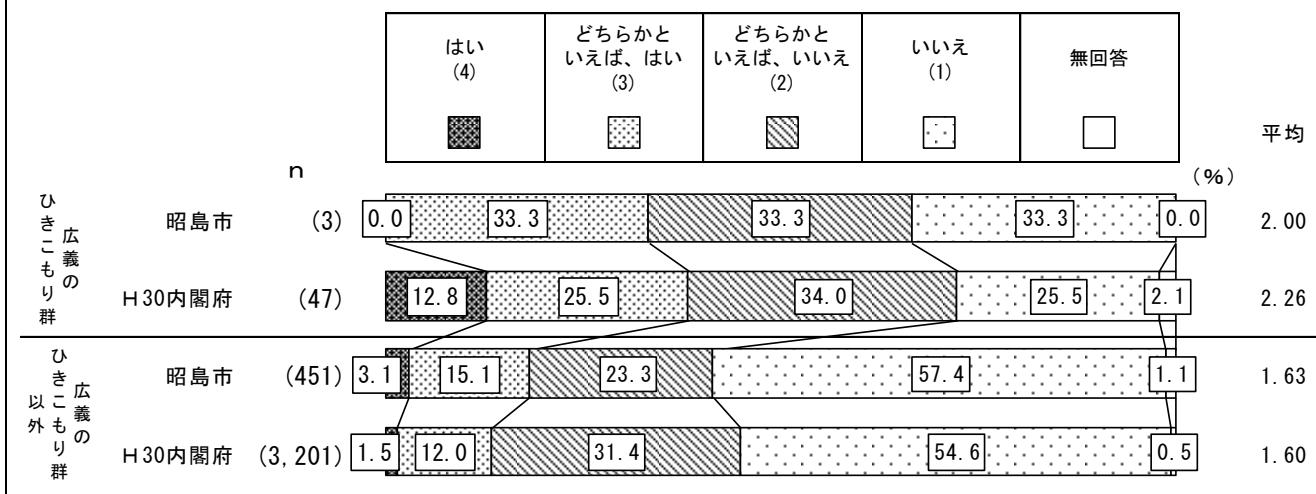
#### Q34 (9) 人と会話をするのはわずらわしい



『人と会話をするのはわずらわしい』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は廣義のひきこもり群で62.5%、廣義のひきこもり群以外で16.6%と、廣義のひきこもり群の方が45.9ポイント高くなっている。

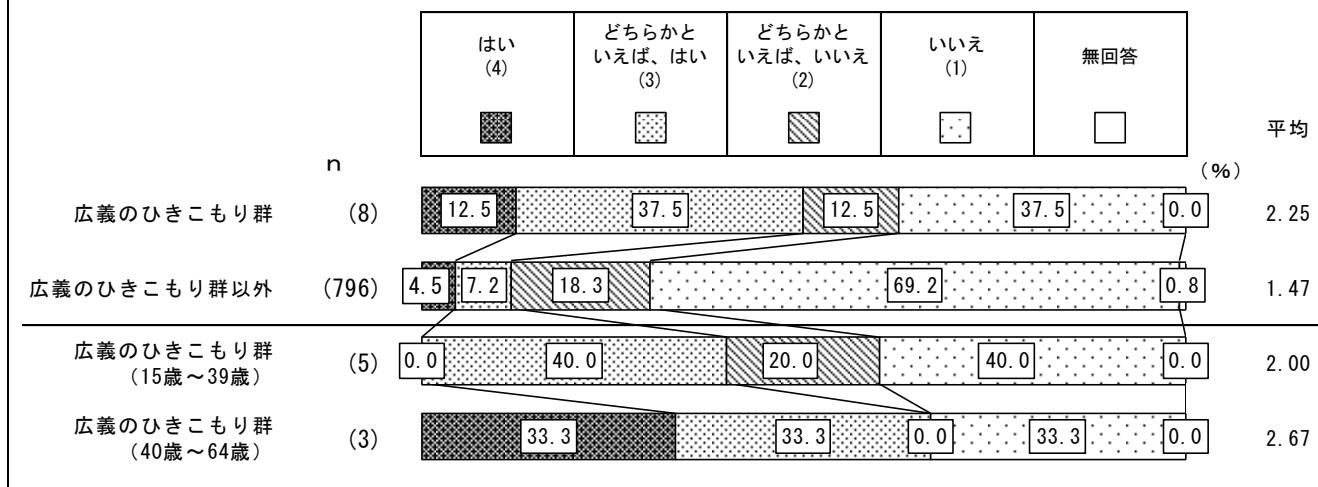
また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が46.7ポイント低くなっている。

#### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、廣義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は昭島市で33.3%、内閣府調査で38.3%と、昭島市の方が5.0ポイント低くなっている。

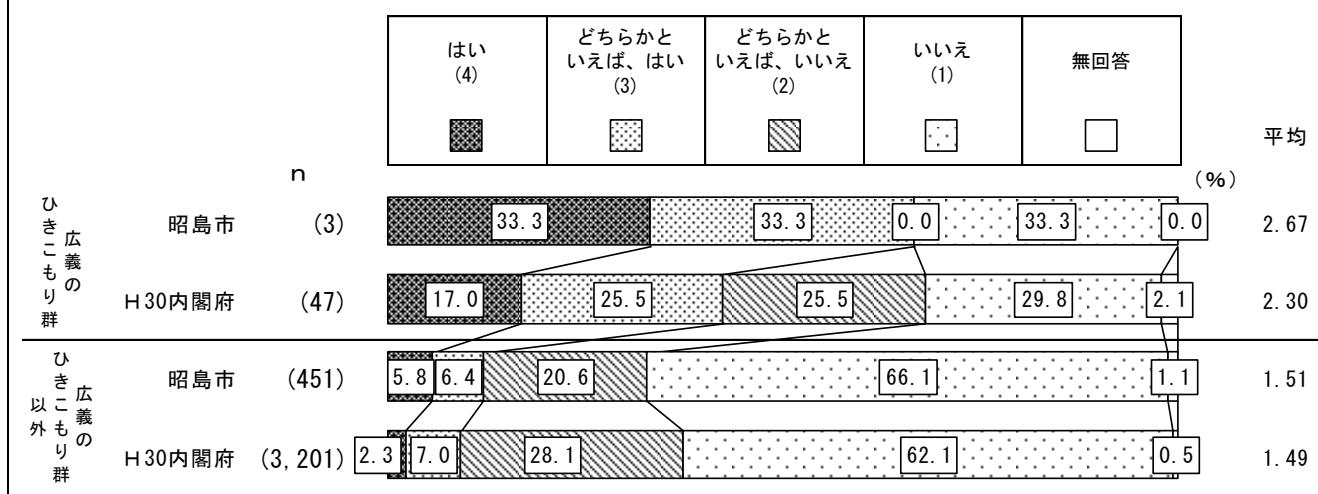
## Q34 (10) 過去の知り会いや縁者に信頼できる人はいない



『過去の知り会いや縁者に信頼できる人はいない』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は廣義のひきこもり群で50.0%、廣義のひきこもり群以外で11.7%と、廣義のひきこもり群の方が38.3ポイント高くなっている。

また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は「15歳～39歳」で40.0%、「40～64歳」で66.6%と、「15歳～39歳」の方が26.6ポイント低くなっている。

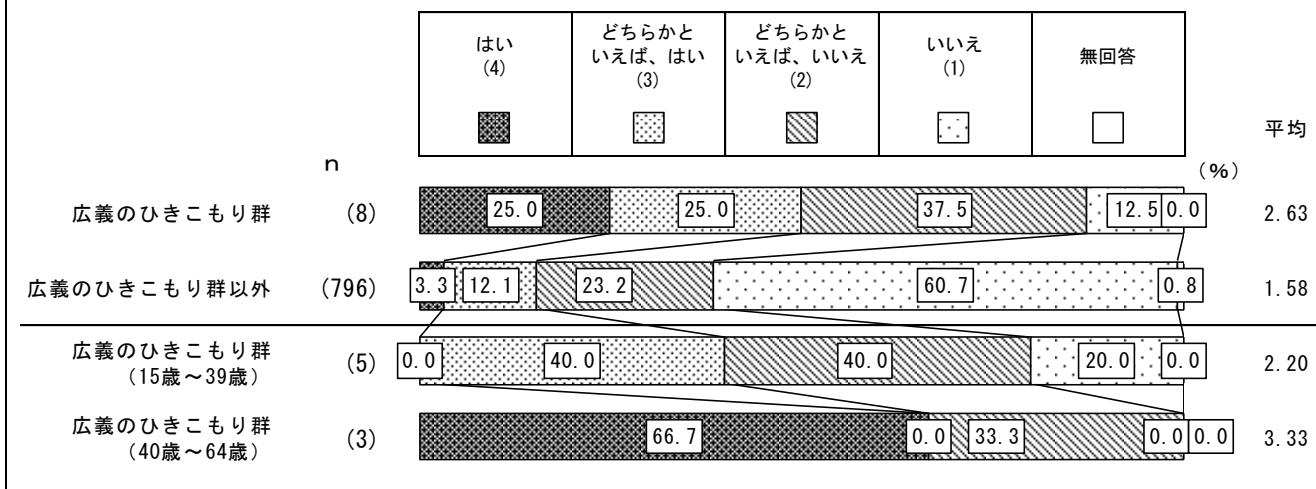
## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、廣義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえは、はい」）は昭島市で66.6%、内閣府調査で42.5%と、昭島市の方が24.1ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

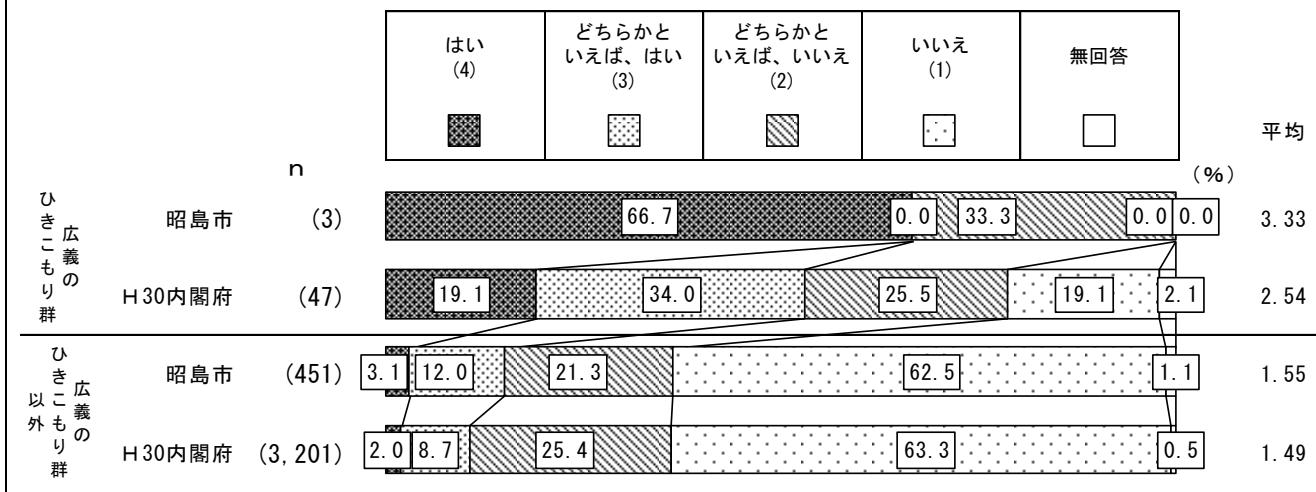
#### Q34 (11) 自分の精神状態は健康ではないと思う



『自分の精神状態は健康ではないと思う』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は広義のひきこもり群で50.0%、広義のひきこもり群以外で15.4%と、広義のひきこもり群の方が34.6ポイント高くなっている。

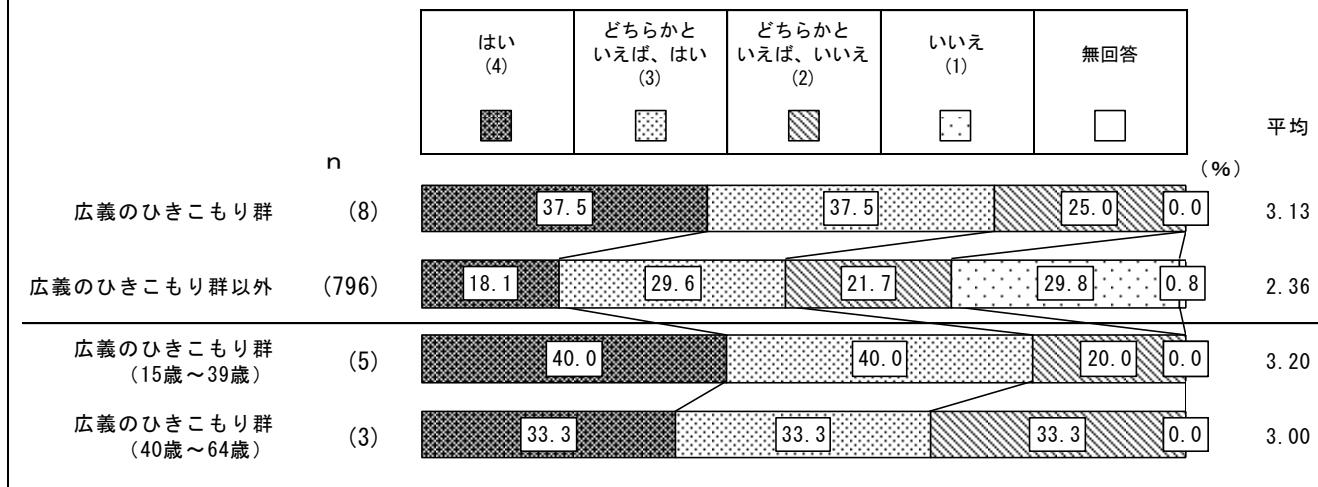
また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は「15歳～39歳」で40.0%、「40～64歳」で66.7%と、「15歳～39歳」の方が26.7ポイント低くなっている。

#### ●内閣府調査との比較（40～64歳）



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえば、はい」）は昭島市で66.7%、内閣府調査で53.1%と、昭島市の方が13.6ポイント高くなっている。

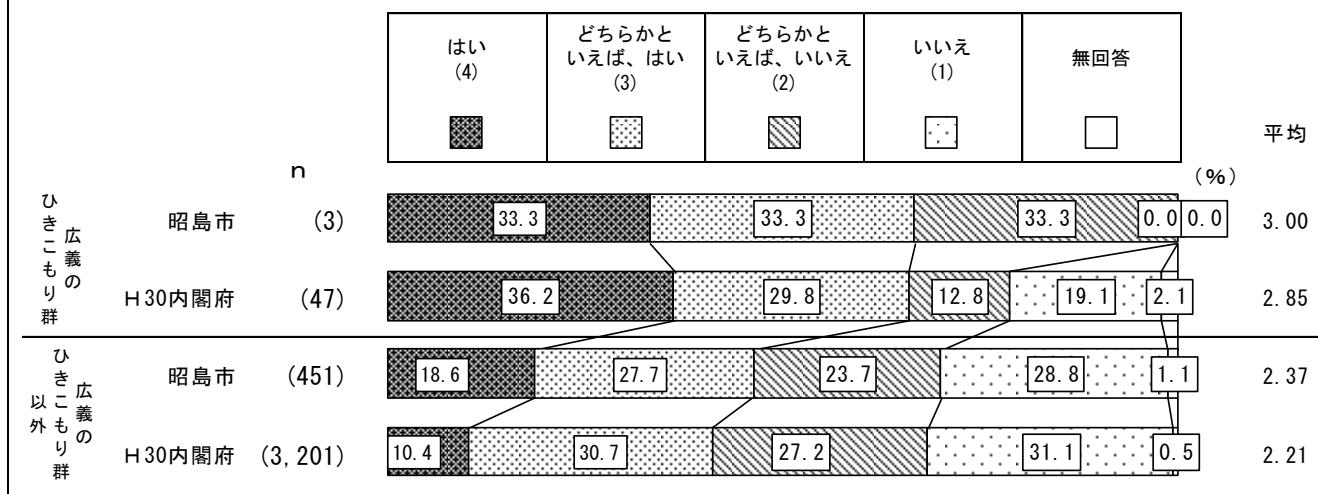
## Q34 (12) 自分の今の状態について考えることがよくある



『自分の今の状態について考えることがよくある』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は広義のひきこもり群で75.0%、広義のひきこもり群以外で47.7%と、広義のひきこもり群の方が27.3ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で66.6%と、「15歳～39歳」の方が13.4ポイント高くなっている。

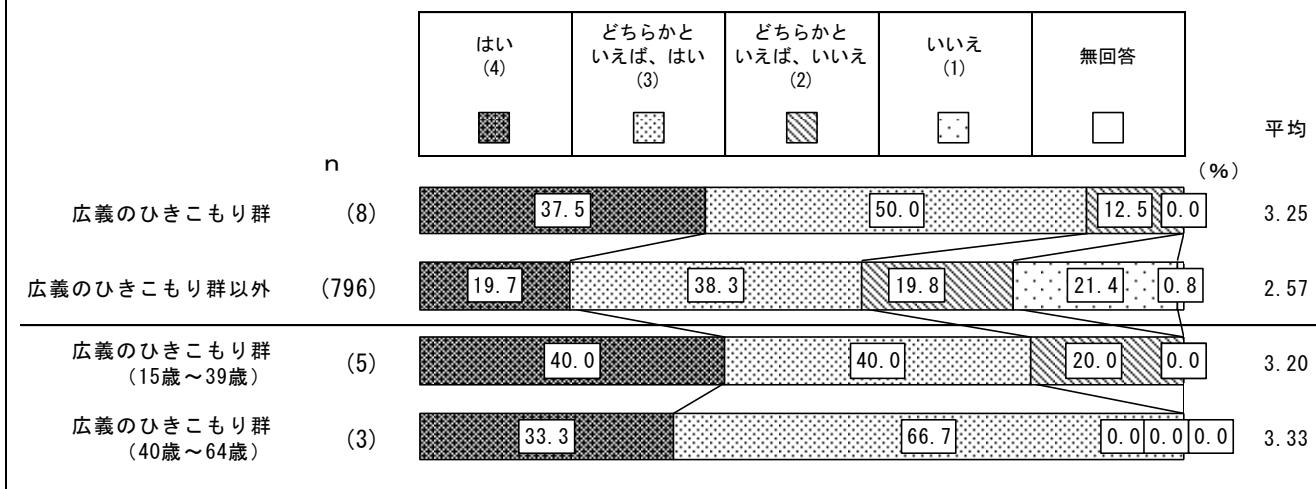
## ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は昭島市で66.6%、内閣府調査で66.0%と、昭島市の方が0.6ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

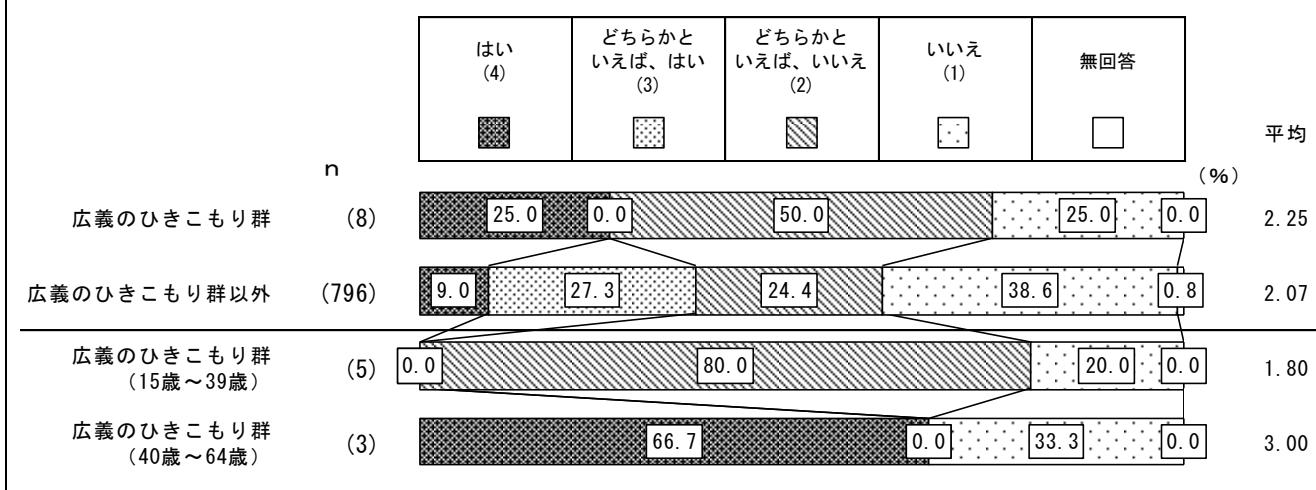
#### Q34 (13) 自分の健康状態について考えることがよくある



『自分の健康状態について考えることがよくある』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は広義のひきこもり群で87.5%、広義のひきこもり群以外で58.0%と、広義のひきこもり群の方が29.5ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で100.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント低くなっている。

#### Q34 (14) 健康状態に不安を感じた時に病院等に検査に行くことがよくある



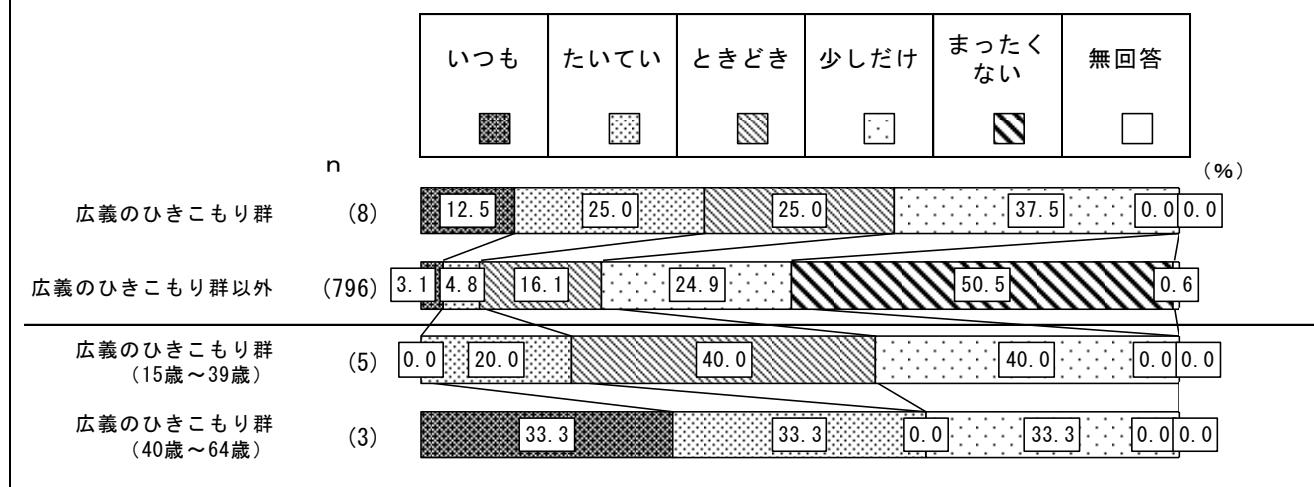
『健康状態に不安を感じた時に病院等に検査に行くことがよくある』について、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は広義のひきこもり群で25.0%、広義のひきこもり群以外で36.3%と、広義のひきこもり群の方が11.3ポイント低くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『はい』（「はい」 + 「どちらかといえども、はい」）は「15歳～39歳」で0.0%、「40～64歳」で66.7%と、「15歳～39歳」の方が66.7ポイント低くなっている。

## 35 こころの状態

Q35 次にあげられたことについて、あなたはここ1か月の間にどのくらいの頻度で感じましたか。  
(○は各項目につき、ひとつ)

## (1) 神経過敏に感じましたか

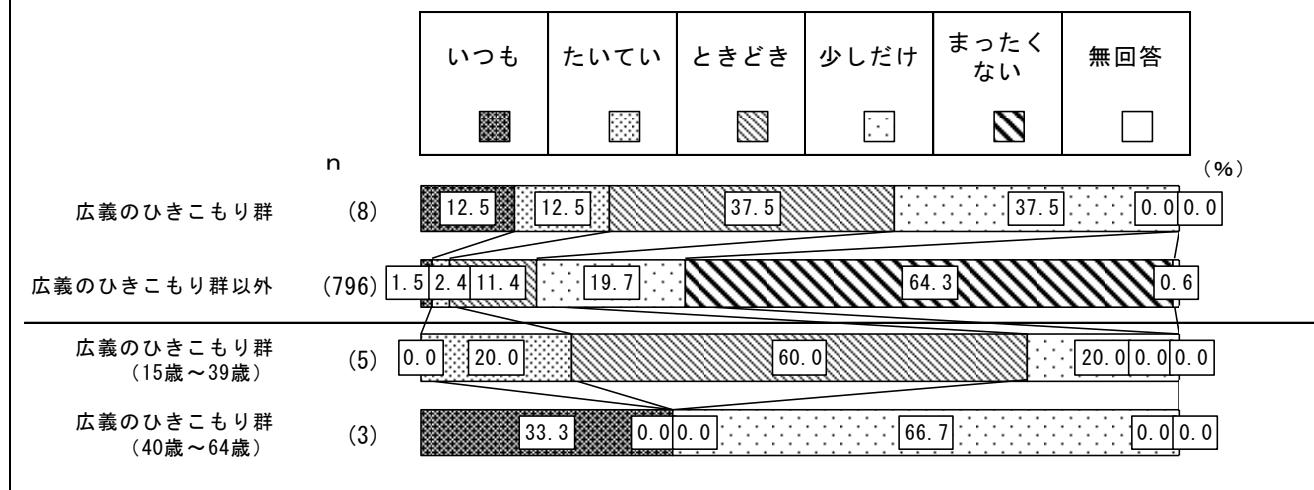


『神経過敏に感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は広義のひきこもり群で100.0%、広義のひきこもり群以外で48.9%と、広義のひきこもり群の方が51.1ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「いつも」は「15歳～39歳」で0.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が33.3ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

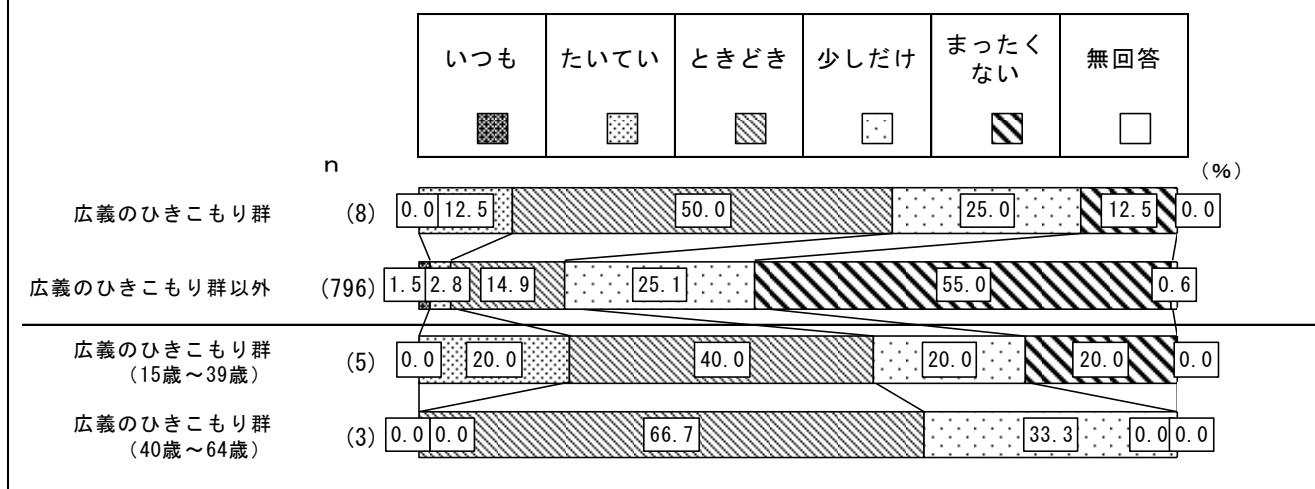
#### Q35 (2) 絶望的だと感じましたか



『絶望的だと感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は廣義のひきこもり群で100.0%、廣義のひきこもり群以外で35.0%と、廣義のひきこもり群の方が65.0ポイント高くなっている。

また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、「いつも」は「15歳～39歳」で0.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が33.3ポイント低くなっている。

## Q35 (3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか

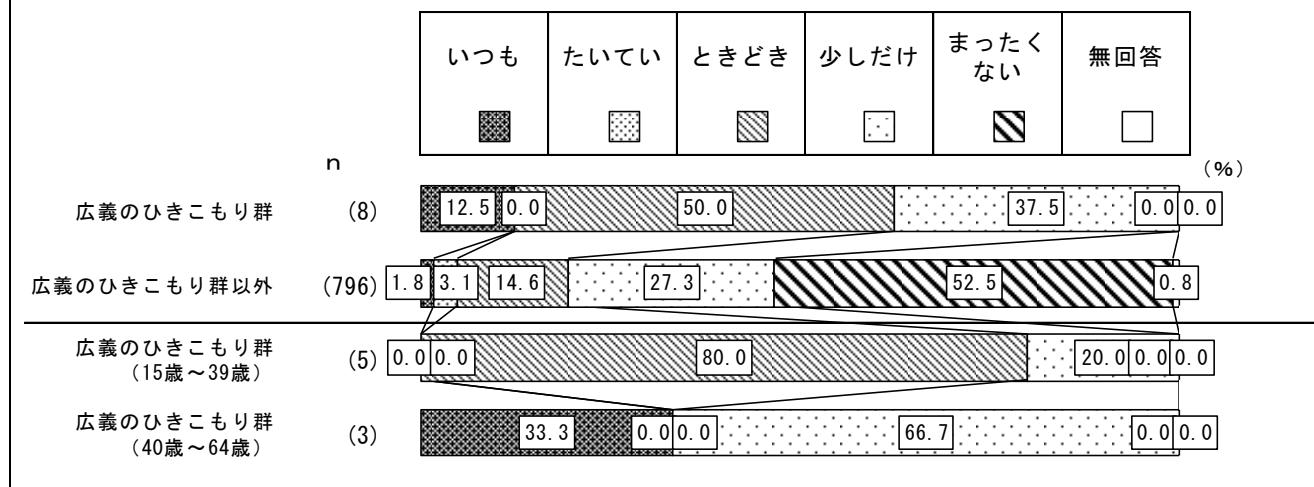


『そわそわ、落ち着かなく感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は広義のひきこもり群で87.5%、広義のひきこもり群以外で44.3%と、広義のひきこもり群の方が43.2ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で100.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント低くなっている。

### III 調査の結果

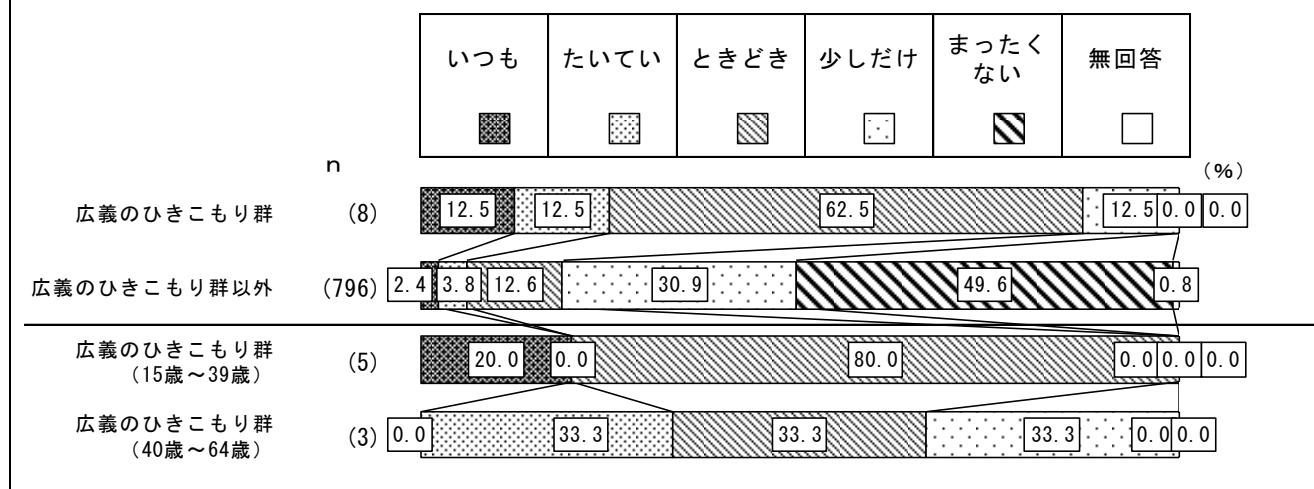
#### Q35 (4) 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか



『気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は広義のひきこもり群で100.0%、広義のひきこもり群以外で46.8%と、広義のひきこもり群の方が53.2ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「いつも」は「15歳～39歳」で0.0%、「40～64歳」で33.3%と、「15歳～39歳」の方が33.3ポイント低くなっている。

## Q35 (5) 何をするのも骨折りだと感じましたか

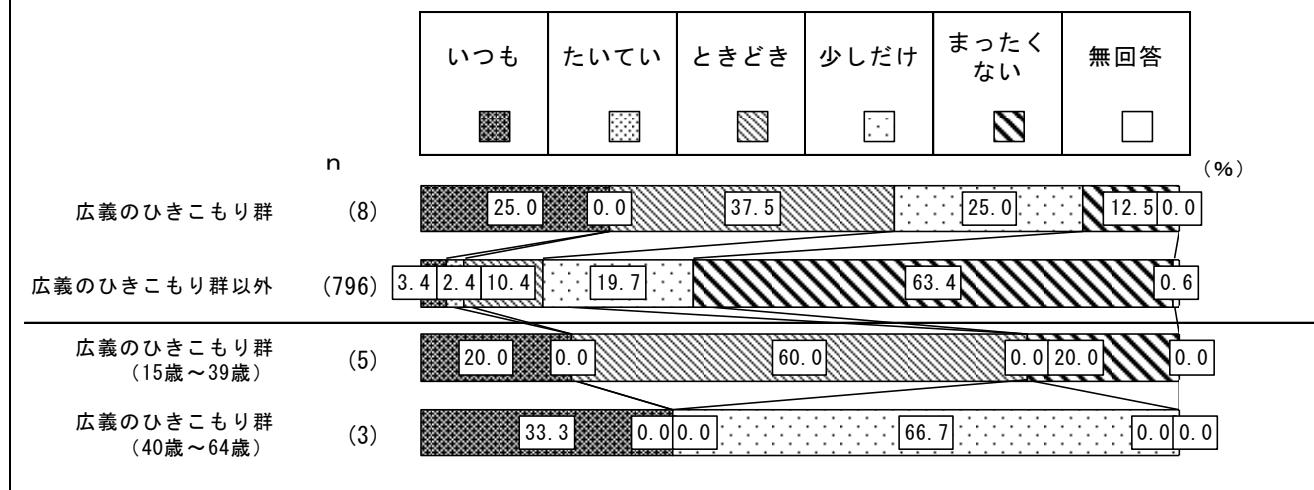


『何をするのも骨折りだと感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は広義のひきこもり群で100.0%、広義のひきこもり群以外で49.7%と、広義のひきこもり群の方が50.3ポイント高くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「いつも」は「15歳～39歳」で20.0%、「40～64歳」で0.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント高くなっている。

### III 調査の結果

#### Q35 (6) 自分は価値のない人間だと感じましたか

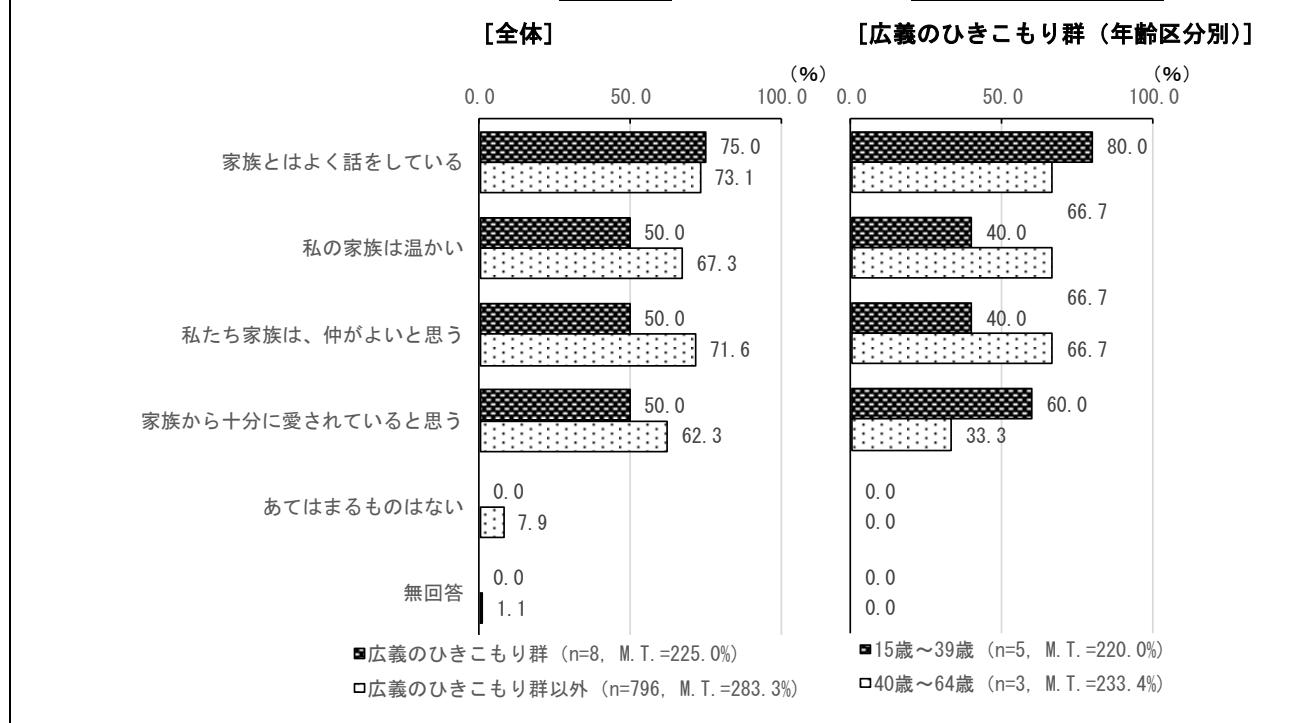


『自分は価値のない人間だと感じましたか』について、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は廣義のひきこもり群で87.5%、廣義のひきこもり群以外で35.9%と、廣義のひきこもり群の方が51.6ポイント高くなっている。

また、廣義のひきこもり群について年齢区別にみると、『感じる』（「いつも」 + 「たいてい」 + 「ときどき」「少しだけ」）は「15歳～39歳」で80.0%、「40～64歳」で100.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント低くなっている。

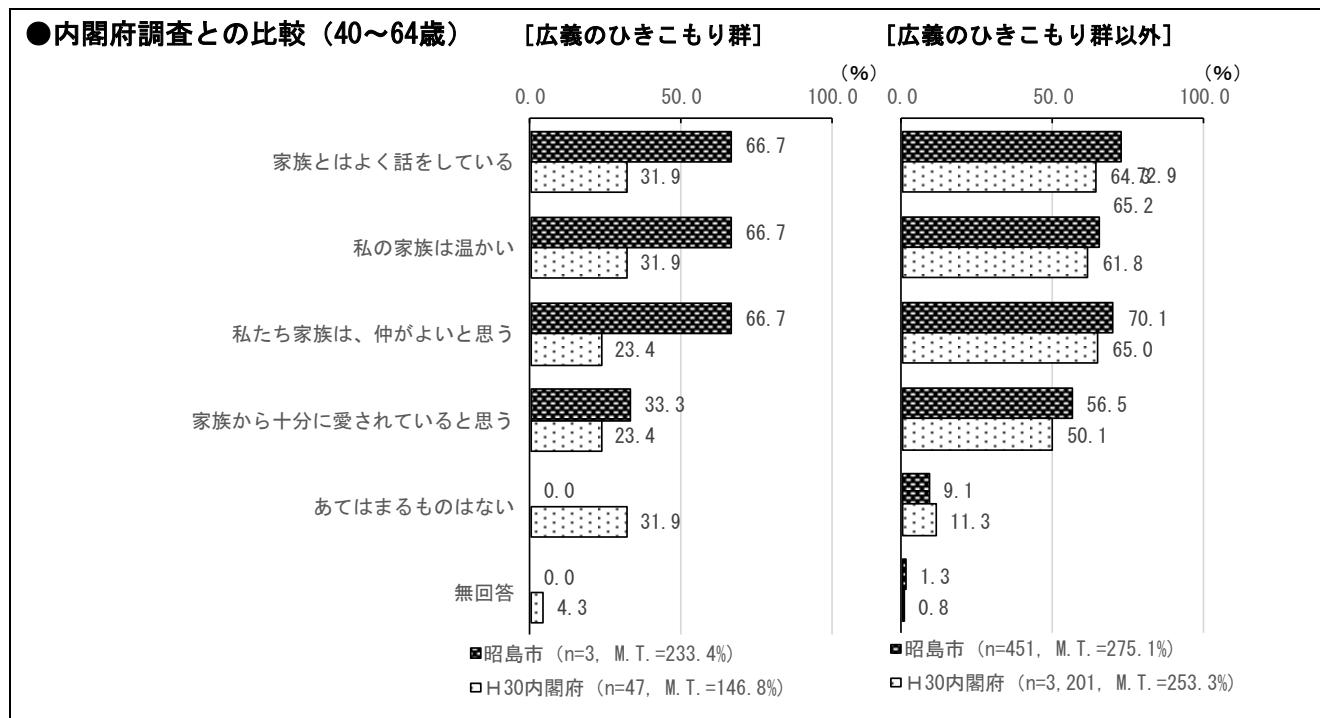
## 36 家族の状況

## Q36 あなたのご家族にあてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)



家族の状況については、「家族とよく話をしている」以外のすべての項目で広義のひきこもり群以外の方が広義のひきこもり群よりも高い割合となっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「家族とはよく話をしている」「家族から十分に愛されていると思う」は「15歳～39歳」の方が、「私の家族は温かい」「私たち家族は、仲がよいと思う」は「40歳～64歳」の方が、それぞれ高い割合になっている。

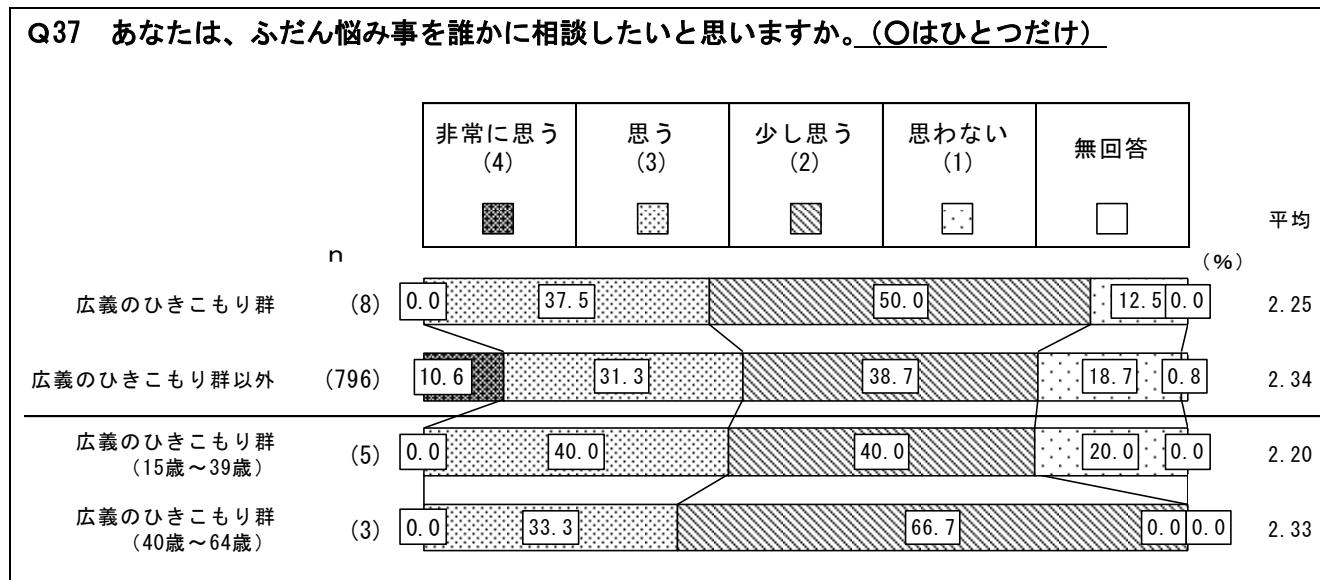


内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「あてはまるものはない」以外のすべての項目で昭島市の方が内閣府調査よりも高い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 37 悩みを誰かに相談したいか

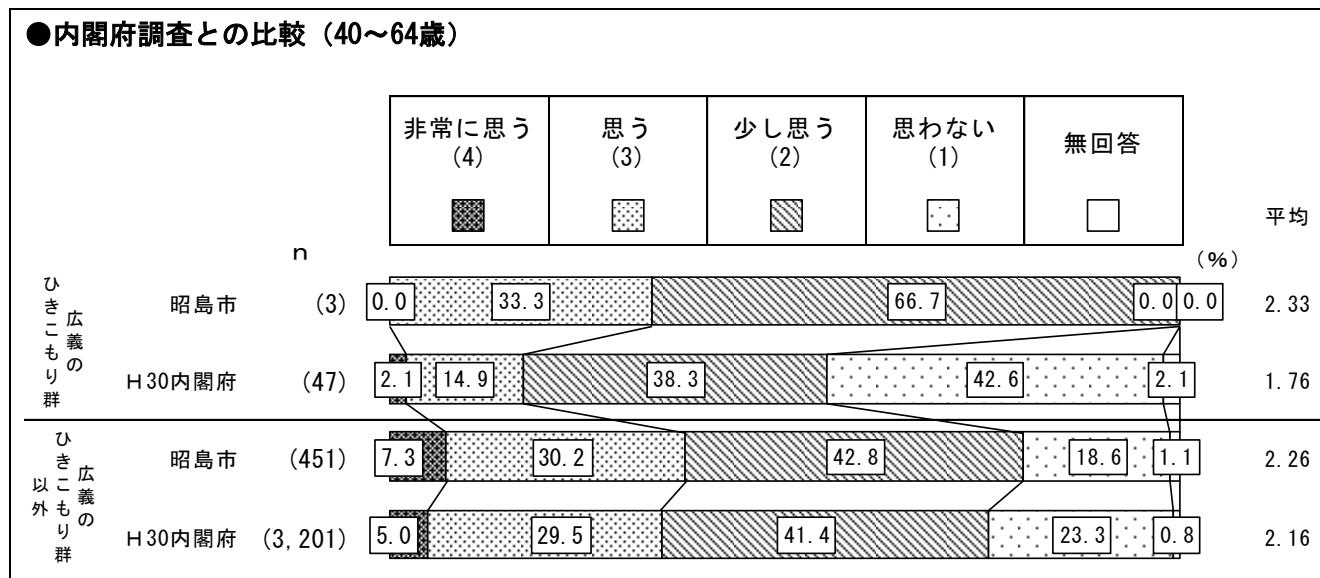
Q37 あなたは、ふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか。(○はひとつだけ)



悩みを誰かに相談したいかについて「思わない」は広義のひきこもり群で12.5%、広義のひきこもり群以外で18.7%と、広義のひきこもり群の方が6.2ポイント低くなっている。

また、広義のひきこもり群について年齢区別にみると、「思わない」は「15歳～39歳」で20.0%、「40歳～64歳」で0.0%と、「15歳～39歳」の方が20.0ポイント高くなっている。

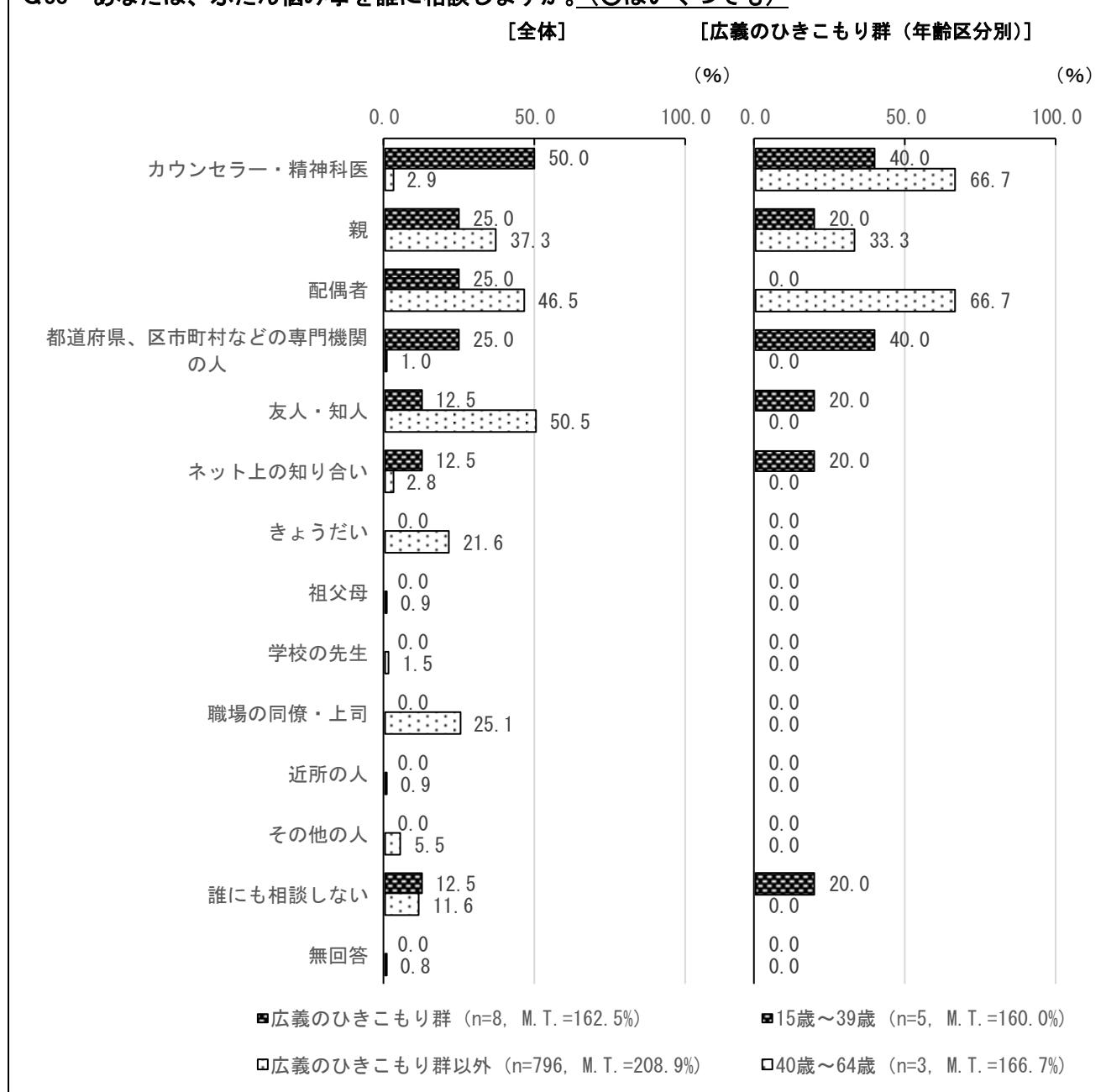
#### ●内閣府調査との比較 (40～64歳)



内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、昭島市では「思わない」の割合が内閣府調査よりも42.6ポイント低くなっている。

## 38 悩みを相談する相手

## Q38 あなたは、ふだん悩み事を誰に相談しますか。(○はいくつでも)



悩みを相談する相手について、「誰にも相談しない」は広義のひきこもり群で12.5%、広義のひきこもり群以外で11.6%と、広義のひきこもり群の方が0.9ポイント高くなっている。その他の項目において、広義のひきこもり群では、「カウンセラー・精神科医」(50.0%)、「親」「配偶者」「都道府県、区市町村などの専門機関の人」(すべて25.0%)、「友人・知人」「ネット上の知り合い」(ともに12.5%)の順になっているのに対して、広義のひきこもり群以外では「友人・知人」(50.5%)、「配偶者」(46.5%)、「親」(37.3%)、「職場の同僚・上司」(25.1%)、「きょうだい」(21.6%)の順になっている。

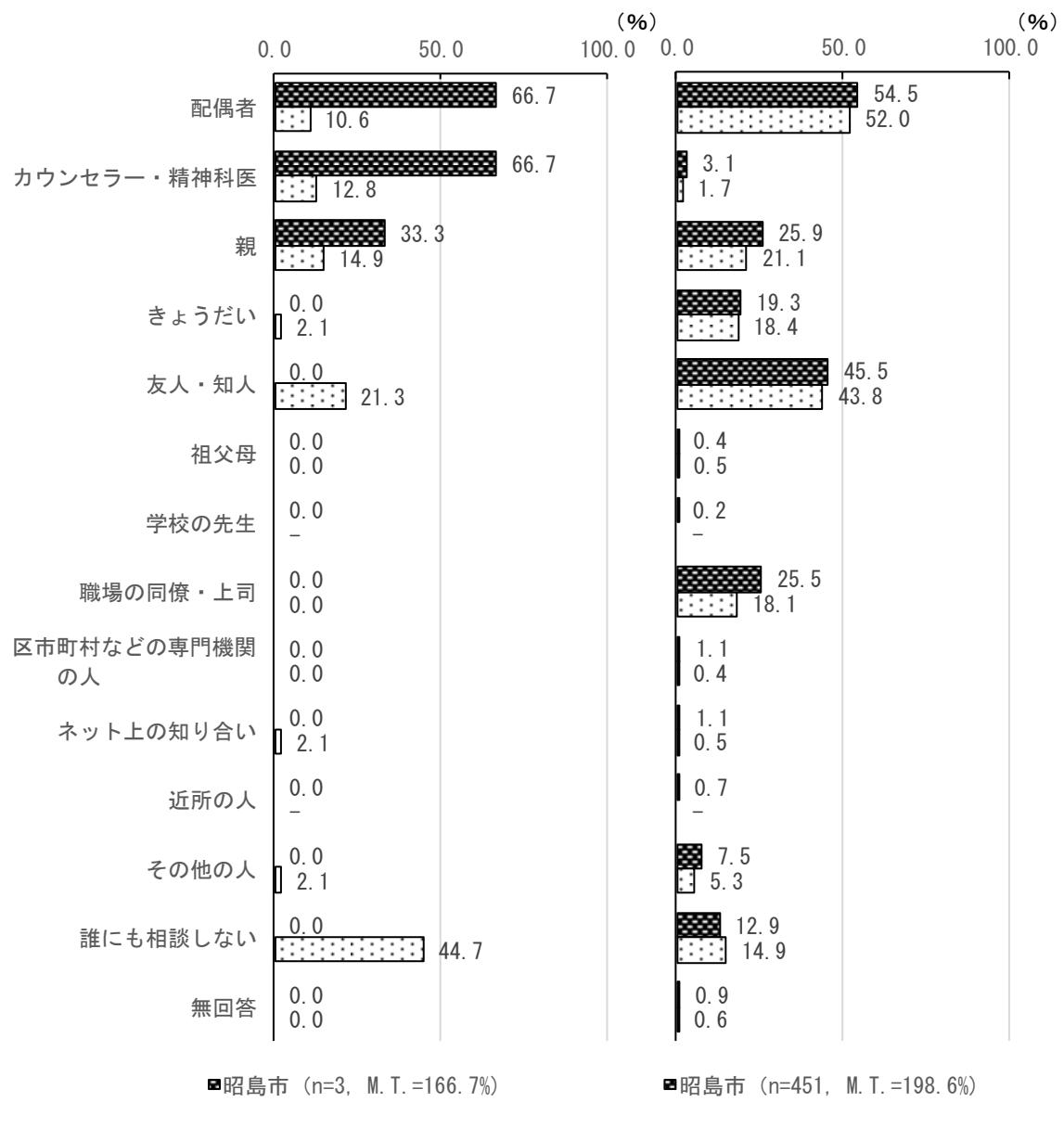
また、広義のひきこもり群について年齢区分別にみると、「誰にも相談しない」を除いて、「15歳～39歳」では「カウンセラー・精神科医」「都道府県、区市町村などの専門機関の人」(ともに40.0%)、「友人・知人」「ネット上の知り合い」(ともに20.0%)の順になっているのに対して、「40歳～64歳」では「カウンセラー・精神科医」「配偶者」(ともに66.7%)、「親」(33.3%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### ●内閣府調査との比較 (40~64歳)

[広義のひきこもり群]

[広義のひきこもり群以外]



※「近所の人」「学校の先生」の項目は昭島市のみ

内閣府調査と比較すると、広義のひきこもり群において、「誰にも相談しない」が昭島市では0.0%、内閣府調査では44.7%と、昭島市の方が44.7ポイント低くなっている。その他の項目について、昭島市では「配偶者」「カウンセラー・精神科医」(ともに66.7%)、「親」(33.3%)の順になっているのに対し、内閣府調査では「友人・知人」(21.3%)、「親」(14.9%)、「カウンセラー・精神科医」(12.8%)、「配偶者」(10.6%)の順になっている。

## 39 支援のあり方についての意見

**Q39 現在、昭島市では、身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方たちへの支援のあり方を検討しています。こうした支援のあり方について、ご意見があれば、自由にお書きください。**

以下では回答の一部を抜粋し、ひきこもりの経験や内容別に分類した。なお、回答は原文のまま記載しているが個人が特定できないよう加工している。

## ○広義のひきこもり群

<その他>

新設の機関。前から、あるところは、昔からの人人が力を持っており、新規に入った人を受け入れないフンイ気がある。全ての利用者に同一に対応するではなく個々の特徴に合わせて支援対応できる人が欲しい。【男性・20歳代】

## ○過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群

<相談支援>

相談の窓口に行ったとしても「自分の状態をうまく説明できない」人もいるのでちゃんと話を聞いてくださる方は必要だと思います。またこのようなアンケートの解答は「外に行けない」、「自分や家族の状態を人に知られたくない」人にとっては言葉で話すよりは精神的な負担が少し減るのでありがたいことかなと感じました。【女性・30歳代】

<支援内容や相談機関の情報周知>

支援の場所があることをもっと告知するべきだと思います。【女性・30歳代】

告知や周知に尽力してください【女性・30歳代】

<行政サービス・インフラ整備>

市を担当する方が、市民の方への支援というのは大変心強いのではないかと思います。

【男性・20歳代】

かまってほしい人もいると思います。かまってあげて下さい。【男性・50歳代】

車イスの方の為に道路を整備してほしい。駅なども老人、車イスの方が動きやすいよう検討してほしい【女性・60歳代】

<ネット活用>

ゲーム感覚でチャットやLINE、zoom等で孤立しない支援が出来ればいいのではないかと思いました。【男性・30歳代】

### III 調査の結果

#### ＜家族への支援＞

本人の相談を受けることも大切ですが、その方のご家族が自由に、安心して（匿名等電話）相談できるところを作った方がいいと思います。【女性・50歳代】

#### ＜専門家の力を活用＞

カウンセラーにかかったことがあるが、そもそもバカにされているように感じた。カウンセラーという人種が嫌いな人間も一定数いることを理解してほしい【女性・20歳代】

いい事だと思います。ただ身体の病気以外での引きこもりはメンタルが難しそうなのでしっかりととしたカウンセリングが必要だと思います。無理して悪化して犯罪行為に走られたら怖いなと思います。【女性・30歳代】

自分が今どういう状況で判断力があるかないかがわかつてない状態まで追い込まれていたり、他人の目を自己の中で考えすぎたり、人間不信になった方が外出を控えるのか、実態把握は大事だと思います。実態が掴みづらい場合、「まず自分はどんな状態か」を知ることをスタートに精神科やカウンセラーに相談する流れを汲むといいかもしれません。ただし、支援が必要な人は、精神科医またはカウンセラーがそもそも自分にとって信頼できるか不安になると思います。物事を決めつけずに主觀を抜いた客觀性で状態を伝えられる方を市側で選別をうまくやらないと、市の支援の信頼性はあがらないと思います。【女性・30歳代】

#### ＜就労・就学支援＞

その人と合った仕事の支援やメンタルケア【男性・20歳代】

働くための支援はよく見たりします。頭では外に出て働かないといけないとわかつていても、心では不安が大きいくらいと言う時に身体が動かないというアンバランスな人は理解してもらいにくいです。多分精神科とかのほうがいいのかと思うこともありますが、病院行くにもお金がかかる、それで改善されるのかもわからない状態の人にとってはどう行動するのがこの先にとってもいいのかわからなくなることが多いです。【女性・30歳代】

#### ＜地域の力を活用＞

気軽に参加できるイベントを開催する。音楽や食などのイベントだったら、参加しやすいと個人的に思います。元々、外出しない人に対する支援は思いつきません…。【女性・20歳代】

#### ＜その他＞

外出たくないから出でていないとと思う【男性・20歳代】

必要としている人間に本当に届くのか疑問がある。【男性・30歳代】

動物セラピーがよいと思う。【女性・30歳代】

良い取り組みだと思います【女性・40歳代】

支援は良いと思います。【女性・50歳代】

## ○広義のひきこもり群・過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群以外

## &lt;居場所づくり&gt;

不登校は学校に行く必要はなくとも学校以外に外出させた方がいいと思います。私が不登校になりかけて、親に無理矢理保健室登校させられたことがあるんですけど、後から考えればそれで正解でした。家にずっといるのが長続きすると性根が自堕落になりかねないと思います。すでに大人になった人の支援も必要ですが、予防も意識した方が良いかと。【男性・20歳代】
フリースペースがあると良い。（ピア同士）。アウトリーチ型の支援（オンライン含む） 【男性・20歳代】
子どもの不登校等については、学校だけではなくフリースクールなどの別の居場所が増え、学校に行くことだけが全てではないと多くの子どもや保護者に伝わるといいなと思います。また、外出できなくなる前に、生きづらさを少しでも減らせるような支援ができれば一番なのだろうなと思います。【女性・30歳代】
訪問やズーム等で悩みを相談できたり、コミュニティーカフェ等気軽に集まれる場所行ける場所があると良いと思う【女性・30歳代】
学校に行けなくてもいれる場所づくり 外に出るきっかけづくり【女性・30歳代】
小・中学生の義務教育期間、無理して学校へ行かなくても良い社会になればいいなと思っています。辛い時は、公民館や図書館や市役所の空きスペースにそういう子たちが集まってリモートで授業もいいと思います。勉強は好きだけど人間関係に悩む時があったので学校以外の別のコミュニティ作りが上手くできるといいと思います。【女性・30歳代】
不登校等でも気軽に行けるいこいの場所的なもの（近所の会館等に毎日とは言わなくても定期的な開催等）【女性・30歳代】
気が向いたら行ける場所と自己肯定感を感じられるような役割をもらえる機会。人との関わりが楽しいと感じられる場所。例えば、カフェやベーカリー、アトリエ、などにお客さんとして参加してもいいし、従業員側に回ってもいいと言うような場所。軽作業、料理、ワークショップ、昭和記念公園で散歩等イベント開催。【女性・40歳代】

## &lt;相談支援&gt;

人それぞれ、悩みが異なる。小生は親のこと（認知症、借金）で、精神的に辛い。何でも相談できるような環境がほしい【男性・40歳代】
ひきこもりの家族・知人がいる人が、気軽に相談できる場所の開設。【男性・50歳代】
支援は必要であり、特に会話は重要と考えます。その人の悩みに（心の状態に）沿った、きめ細やかな対応が求められると考えます。【男性・50歳代】
身近に、親身になって相談にのってくれる人がいると、とても助かると思う。特に市役所の人や専門職の人に、こちらが必要と思う時に、すぐに相談できると、とても良いと思う。 【男性・60歳代】
本人および家族が相談しやすいようにしてほしい【女性・30歳代】
ちょっとしたきっかけで外出できなくなってしまうこともあると思うので、身近な人が（家族など）相談しやすいような体制が必要。【女性・30歳代】

### III 調査の結果

話す機会を設ける。（仲間になる）【女性・30歳代】
心の病気は寄り添う事が何よりも大切だと感じます。第三者として相談できる、支援してくれるのはとても良い取組だと思います。身内や近所の人に知られずに進められると尚良しと思っています。【女性・40歳代】
支援団体があれば相談しやすくなると思う【女性・40歳代】
不登校、引きこもりになる前のサポート体制を充実してほしい。（相談機関の充実や教員増加による子供のケアの充実など）【女性・40歳代】
どうしていきたいのか、どうなりたいのか、そのために何が必要で、どうすれば手助けをもらえるのかを相談したり、一緒に考えてくれる機関があると良いのではないか。あるのかも知れませんが私は存在をしりません。【女性・40歳代】
不登校やひきこもりの家族の方が相談できる場所があるといいと思います。【女性・40歳代】
訪問支援で信頼関係の構築。プレッシャーを感じることなく、気が向いたら行ける場所と自己肯定感を感じられるような役割をもらえる機会。【女性・40歳代】
もっとカウンセラー、先生が親身になって話をきいてほしい。【女性・50歳代】
TV、ネットで心の相談室を案内しているけれど悩みを打ち明けられないから引き込もり自殺へと追い込んでしまうのではないかと感じます。信頼できる人がいないのが現状だと考えます。
【女性・50歳代】
いつ、誰でも精神的に弱ってしまう事はあります 誰かに聞いてもらったり話す事によって前向きになれば良いと思います【女性・50歳代】
信頼できる人がいない、誰を信じていいのかわからないなど、過去の出来事がきっかけでそれぞれ理由はあると思います。その方の悩み相談や話し相手になることで、人と人との繋がりが生きていく上でとても大切だと言うことをわかってもらえるような支援ができたらいのではないでしょうか。【女性・50歳代】
自宅にひんぱんに訪れたり電話してきたりはとても負担になります。自分から相談などしたい時、すぐに連絡できる所や決まった人などに話を聞いてもらえた良好かなと思います。
【女性・50歳代】

#### ＜支援内容や相談機関の情報周知＞

昭島市に外出できない人がどの程度いるのか知りません。どのような支援を行っているかも知らないので、広報を頑張って頂くことから始めてもらえば良いかと思います。【男性・30歳代】
市自身が職探しの協力できる場又、交流できる場所を分かりやすく。又は本人の所に通達できるようにする。又は分かりやすくする。【男性・30歳代】
支援をしている事の周知と具体的にどんな支援をしているかの周知がされているのか気になりました。正直この手の話を初めて聞いたので。【男性・40歳代】

支援内容について、当事者になる前からどのようなセーフティーネットがあるのか若年層にも浸透しやすい環境（ウェブサイト、SNSでの発信や相談できるスペース（ウツワ）等）をまず使っていただきたい。また、どう言ったモノを作るかなども有識者や職員だけでなく外部の意見も取り

込めるようにすると昭島市の福祉に対して魅力的に感じる。公的機関のため難しい部分はあるかと思うが、フレキシブルな発想を持った福祉、が理想です。【女性・20歳代】
そもそも支援の存在を知らないことが多いので、もっと広く認知されるようになってほしい。 【女性・30歳代】
なかなか難しい問題だけれど、支援があるということについて様々な場所や媒体でアナウンスすることは常にあった方がいいと思う。深刻な状況になっている人はまわりにそういう環境があることまで目がいきにくいくから。そしてそういう状況になっている人に対して焦らせるようなことはかえってよくないけど、見守るという姿勢も大切だと思います。【女性・30歳代】
具体的な支援策について意見はありませんが、支援策の広報が大事だと思います。うつ等で外出できない状態の方は、本当に状態の悪い時は自治体の支援をあおぐ等の建設的な思考ができなくなると聞きます。ましてや自ら調べたりする気力はないかと思いますので、健常な状態の時からそういう支援があるという事を認識できるよう、施策・支援があるという事の宣伝をがんばって下さい。【女性・40歳代】
そういうことが周知されたらいいと思う。【女性・40歳代】
今のところ支援の必要はないですが、このような支援が確立していることを知るだけでも心強いと感じます。【女性・40歳代】
スクールカウンセラーさんに病院で診察受けたほうがいいと言われたが児童精神科がどこにあるのか、昭島市にいるのかなどの情報がほしい。【女性・40歳代】
大切な事だと思います。広報やネット等で周知して開かれた支援があると入りやすいと思います。 【女性・50歳代】
どこでどのような支援が受けられるのかわかりやすく発信してあげて下さい。【女性・50歳代】
上記のような方が、増えていると、ニュース（TV）などで、目にしたことがあります。身の周りには、いないのですが、人々、外出が、できないならば、支援を受けたくても、方法が分らなかったりするのでは、ないでしょうか？難しいとは思いますが、アウトリーチが必要だと思います。 【女性・50歳代】
精神疾患についての知識の共有【性別無回答・50歳代】

### III 調査の結果

#### ＜行政サービス・インフラ整備＞

精神的な病気の場合は支援があってもよいと思うが、本人の意思で外出していない、外出する気がないなどの場合も支援する必要はないが、定期的な意思確認が必要となりそう。無駄に費用を掛けない方法があればなと思う 【男性・20歳代】

あまり行政が立ち入るべき問題ではない。ただ義務教育における学校の現場については引きこもりを生じさせたり、助長すると思われる、教師による罵倒、体罰が行われており、子供達が可哀想でならない。現場の職員もまとめるのに苦労があると思うが、コミュニケーション不足、心を通わす事のできないサラリーマン教師が増えているのではないか、市に対しては早期に具体的な対応を請いたい。教育マニュアル的な勉強会は行われているのでしょうか、逆に頭でっかちになってしまいませんか？学校で起こる子供同士の問題は、家庭環境や愛情不足だけの問題で発生している訳ではありません。教師の側がもう少し余裕を持って人間として子供を信じて熱意を持って取り組むべきです。隠蔽体質も強く、自らの保身のために行われる話し合いなど、保護者・子供の負担でしかありません。学校に子供を不安定な精神状態にされ、でも義務教育であり、子供の成長に欠かせない教育の場と信じ、辛い気持ちで送り出す親の気持ちをご理解頂きたい。何卒昭島で育つ子供達が、前向きに充実した学校生活を送り、将来の良き土台を築く事のできるようよろしくお願い申し上げます。 【男性・40歳代】

戸別訪問 【男性・40歳代】

常に1人にさせない。頻繁にコンタクトを取る 【男性・40歳代】

頼れる機関・施設が、早く出来て欲しいと願うばかりです。学生の自殺者が、ゼロになるように！親の育て方も含め、考えた方が、良いと思う。 【男性・50歳代】

苦しんでいる方には手を差し伸べて下さい。ボランティアをしていますが、昭島市役所の対応は柔軟性が、少し足りない時があります。 【男性・50歳代】

声をあげにくい、相談しにくい等あると思うので、行政が取り組む事は大変すばらしいと思います。 【男性・50歳代】

こういった方々への支援について、市が意識して取り組まれていることを知って嬉しく思います。私自身は現在も安定した職業（自営）を持ち、何とか自立し社会と繋がりを持った生活が可能な状態ですが、先の読めなくなった現在の社会環境の下では、やはり将来に対する不安はあります。困窮し精神的に病むことはないという絶対的な生活条件や自信も無いというのが現実です。弱者切り捨てではなく、包摂的な社会、地域を目指そうとする市の姿勢には、微弱ですが応援したいと思います。 【男性・60歳代】

市からの支援にあまり意味はないと思う！！！！！ 【女性・10歳代】

私の子どもは心臓病を持っていて今、呼吸器をつけて家でケアと育児をしていますが、経済的にも私の気持ち的にも少しの間でも預けて働きたいです。医療ケア児を安心して預ける保育を増やして欲しい。 【女性・20歳代】

職業柄子どもの不登校などに触れることがあるが、学校だけが全てではない、その子にあった、親の色んな価値観、海外のようにホームスクールなども拡充してほしい。 【女性・20歳代】

メンタルクリニックやケアマネ等医療福祉の支援にそもそもアクセス出来ない人が多いためそういった人たちをどう支援していくのかが重要かと考えます。 【女性・30歳代】

コスパを考える民間企業では取り組みにくい支援だが、社会としては必要なことで行政が検討してくれるのはよいことだと思う。【女性・30歳代】
ふだん友人があまりいない人は家にいるばかりだと思うから、デイサービスはいい所だと思う。はずかしいかも知れないけど、たまに外にでて人と話したりしたほうがいいかも。【女性・30歳代】
支援を求めやすい環境づくり【女性・30歳代】
子どもについては、福祉、子どもの部署、教育委員会、学校が連携して支援をしていく必要があると思います。【女性・30歳代】
他の人から見て、精神的に問題のある支援をされているとわからないような形が良いです。【女性・30歳代】
個々の要因が複雑で困難かつ長期的な取り組みが必要な問題かと思います。行政等支援者が疲弊せず継続できる体制の構築が必要かと存じます。【女性・40歳代】
昭島市に精神病院があるイメージがありません。私が知らずに存在するならすみませんが、誰もが気軽に受診できる施設でレクリエーションや就労訓練などがもっと周知できたらいいのかなと思いました。【女性・40歳代】
本当に支援が必要な人には期間限定の支援があればと思います。【女性・40歳代】
市はふだん外出できない人のいる家庭、その世話をする人へのサポートもした方が良いと思います。お家にずっといて変化を好まずに外出しなくても幸せな人もいるので。子供なら学校をもっと楽しいところにすることが大切です。元気に学校へ行ってもみんなやること同じで友人と会うなど以外は学校はおもしろいところではないみたいです。子供のサポートを大切にしてもらいたいです。【女性・50歳代】
助けを求めている人には、支援をしてあげたい、と思うので可能な支援を、最悪な状態になる前に、必要な方に寄りそって耳を、傾けて欲しい。【女性・50歳代】
何でも支援、支援と行政に頼ることが多いと思う。昭和のはじめの頃を思えば、自分で外に向つてコミュニケーションを取るとか自己責任の場合もあると思います。【女性・50歳代】
定期的な連絡、訪問【女性・50歳代】
外出できないまま親が、高齢化する可能性が高いと思います。親が介護施設に行く時に若い人のグループホームなどあると良いと思います。【女性・50歳代】
サービスが市民に可視化できていない。職員に相談に行ったら、市では取り扱っていないと言われた。偶然、所用で市役所を訪ねた時、保健師さんが対応してた事を知った。【性別・年齢無回答】

## &lt;ネット活用&gt;

昭島市に在住する引きこもりの人たちのインターネットコミュニティ(掲示板)を作る【男性・10歳代】
ひきこもりの原因は様々あり、人によって完全に心を閉ざす人もいます。そのため、直接顔を合わせて話すことは難しいので最初から訪問をせず、チャットでのやり取り中心での会話を試みて、徐々にオンライン面談のように少しづつ顔を合わせられるようにコミュニケーションを取っていくと良いと思います。【男性・20歳代】

### III 調査の結果

LINEで友達になる【男性・30歳代】
SNSやZoomなどでコミュニケーションはちゃんととつておく【男性・40歳代】
SNSなどで信頼関係を築き始める入口を作る【男性・50歳代】
ネットでチャット相談あると良いかも【男性・50歳代】
子供の引きこもりにきに関して、コロナ期間に高校授業などで取り入れていたオンライン授業を、小中学生について、市内の学区を問わず、引きこもり、いじめで学校に行けない子供たちを対象にした市内で専門の「オンライン学校（授業やホームルーム、カウンセリング）」を設けるなど、無理に学校に行かせなくても学習出来、孤立しないの様なシステムを考えてあげてほしい。まずは、昭島市から。一市で困難であれば、多摩地区の各市町村が合同で取り組むなど。
【男性・50歳代】
歌や趣味の交流の場を市がSNS等で発信出来る場を提供（自己責任で自由に）（一応監査あり）してみてはどうでしょう。【男性・60歳代】
そういう人たちが気持ちを共有できるスペースをネット上で開設する。【女性・20歳代】
無理に外に出す必要はきっと無くて例えばネット上で知り合ってゲームとか仲良くなつて会つてみたいとかそういうきっかけでいいと思う。在宅ワークとかそういう資格をオンラインで取れるようにするとか、きっかけを作るだけであつて無理に外に出すことはしない方がいいと思う
【女性・20歳代】
外出ができない一般宅訪問やwebでの交流等手段を増やすのも一つの手かと思います。
【女性・30歳代】
オンラインカウンセリングの充実や費用負担軽減などの支援はどうでしょうか。【女性・30歳代】
LINEやSNS（Twitter、インスタ）etcの活用、チャットで相談できるとしやすいと思う。
【女性・30歳代】
同じ状況にある方々同士で交流できる機会があると良いと思う。対面（直接）が難しいケースもあると思うので、オンラインの活用も期待できるのではないか。【女性・30歳代】
支援が必要な人、支援を求める人が、気軽に支援を受けようと思える環境の整備が必要だと思います。被支援者にとっては人への相談、他者へ支援を求めるこの心理的ハードルが高い印象です。対面でなくても、必要に応じて例えばオンラインで完結できるような支援があればより身近に感じてもらえやすいのではないかと思います。【女性・30歳代】
ネット・バーチャル利用で社会と分断されず正しい情報が公的機関から得られるシステムが欲しい。【女性・50歳代】
現代社会においては、昔ながらの訪問など対面でのアプローチが難しくなつていています。ネットなどで気軽に繋がれる方法があると良いと思います。【女性・50歳代】
SNSやメールなどでつぶやく事から始めて電話で話してみる、会つて話してみる 何が必要か何に困っているか、何か出来るかにたどりつけたら良いのでは。手間も時間も人手もかかるので難しいと思いますが。（相談もできないのはこんな事聞いて良いのか、話しても分つてもらえない、他人に知られたくないなど色々あると思うので一方的につぶやいてもらう。）【女性・50歳代】
SNSでの相談窓口ができる制度の導入【性別・年齢無回答】

## &lt;家族への支援&gt;

理由は様々かと思います。個人のケアもとても大事ですが、ご家族のケアも必要かと思います。

## 【男性・30歳代】

このような問題の原因は親子関係によるものしかないと思うので、親子関係の和解を目指す支援にしてほしい。【男性・40歳代】

引きこもりは社会問題化している。引きこもりの中には精神疾患者が多く含まれる。家族にこの精神疾患者がいて、かつ引きこもっていると家族に多大な負荷、かつ病院の支援だけでは不十分である現状がある。投薬や入院だけでなく、退院した後の国としての引きこもりの支援を是非考えて欲しい。介護には地域のケアマネジャーがいるが、そういうスタッフを地域に配置すべき。また、就職か引きこもりかの二択ではなく、就職前の活動、例えば、ボランティア活動などの社会に役立っているといった感覚を持たせるような制度を検討してほしい。引きこもりが多い日本のこの状況は異常であり、政府の無策ぶりが際立つ【男性・50歳代】

すでに外出ができなくなっている方の支援に関しては、その方の家族や信頼できる人と支援者がいかにつながり、家族等が対象者の状態を認め受け入れていくことができるよう支援できるか重要だと考えます。子どもの不登校等については、学校だけではなくフリースクールなどの別の居場所が増え、学校に行くことだけが全てではないと多くの子どもや保護者に伝わるといいなと思います。また、外出できなくなる前に、生きづらさを少しでも減らせるような支援ができれば一番なのだろうなと思います。【女性・30歳代】

支援はあった方が良いと思うので、検討がうまく進められることを祈っています。該当者はもちろん、その身近にいる人へのケアも考慮した方針でありますように【女性・30歳代】

外出できない人を無理に出そうとしても出ないと思います。まずは家族の方の支援からアプローチしていくのがいいと思います、悩みがあっても自分からは相談できないと思う。

## 【女性・50歳代】

(外出できない) 本人だけでなく、その家族も全力でサポートしてあげて欲しい。

## 【女性・50歳代】

この調査票は、ひきこもりの本人が回答するには難しい気がしました。家族（引きこもっていない）が回答する方が、実態が反映できるような気がします【女性・50歳代】

まずはそのご家族に寄り添う（話を聞くなど）支援が必要なのではないでしょうか。孤立している状況だと、ますますご家族にとっても不幸だと思います【女性・50歳代】

本人だけでなく、その家族も困っていると思うので、同じように支援が必要だと思います。

## 【女性・50歳代】

近所で子どもが引きこもりの家庭を知っていますが、本人よりも親に問題がある気がしています。その場合、問題があると思える親が市とやり取りをすることになるとしたら話が進められるかが心配です。【女性・50歳代】

### III 調査の結果

#### ＜専門家の力を活用＞

少人数の学童のような、いつでも行けるスペースを整備し、引きこもりの大人、不登校の学生、家族とうまく行っていない人等がふらっと立ち寄って職員等と話ができるようにする。カウンセラー等を配置するほか、必要に応じて行政サービスと繋がるため市職員が配置されるとよい。【男性・20歳代】
気軽に話せるカウンセラーを増やす。各地域に数名は置く【男性・50歳代】
専門分野の方の力が必要だと思います。【男性・60歳代】
ネットでカウンセリングを検索すると、いろいろなHPが提示され、価格もバラバラ。信頼できるカウンセラーと安心できる価格（相場）を紹介してもらえるとありがたい。【女性・30歳代】
外出するに当たって身なりだったり外出までの準備が鬱陶しく感じる方へどのようにアプローチしていくべき良いかはわかりませんが、精神科の専門的な関わりも重要ではないかと思います。【女性・40歳代】
無料の訪問カウンセリング【女性・40歳代】

#### ＜就労・就学支援＞

昭島市に還元する支援（就学支援や就職支援など）であれば不満は無い。支援の目的と支援の効果を市民に説明できればよい。【男性・20歳代】
日本の労働人口が減るので、少しでも支援で社会に出来る人を増やしてほしい。【男性・40歳代】
不登校児童への支援の充実を自治体として検討して欲しい【男性・40歳代】
正社員の仕事がしたい【男性・40歳代】
リワーク制度の充実【男性・40歳代】
短時間かつ市民の皆様にお役に立てる仕事をつくることを提案します。例えば、自転車をこぐことで発電する設置を立上げ、そのような方々に参加してもらつたらいかがでしょうか。身体的に問題なければ苦にならない業務だし、個人の発電量を表示することでモチベーションのupにつながると思います【男性・50歳代】
そういう病気だと頭では理解しているが、強制労働でもさせないと、頑張っている人が報われないとも思う。【男性・50歳代】
病気とかではなく働かない人がいる。実態を調査し自立した生活を送らせてほしい。【女性・10歳代】
一人親世帯もそうだが、ただお金を渡すのではなく、社会復帰、自立できるようよく考えて支援してほしい。【女性・30歳代】
昭島市役所の喫茶店でも就労訓練のような形を取られているのは存じておりますがとても良いことだと感じています。【女性・40歳代】
農業など土に触れて何かを育ててみたり達成感を味わわせる事などすると良いのかと。自給自足。【女性・40歳代】

最近のニュースで、血液の成分からひきこもり状態にある人が判別できたいというのがありました。心理的な側面だけでなく、医学的な面からのアセスメントもできるといいと思います。また、家庭環境や家族関係などの環境、発達障害などの気質、といった問題もあると思います。

心理、医療、環境、気質などいろいろな側面から本人が抱えているはずの生きづらさを理解し、適切なサポートをお願いしたい。さらに踏み込むなら、ひきこもることが問題なのではなく、自立して生きることができないことに着目すべきだと感じました。誰にも会わないので済むような仕事をしたいのかもしれない。いろいろな生活様式、生き方、仕事の形態の選択ができるように支援して欲しいです。【女性・40歳代】

先日、コロナ後に不登校の子供が増えているとニュースで知りました。昭島市でも今後、外出ができない方たちへの支援があればいいと思います。【女性・40歳代】

林業、農業や畜産など生きる事を主とした学習も、力を入れて下さると勉強だけでない生きる力が養えると思います。【女性・50歳代】

敷居の高くない支援、軽いところから始まるアルバイト、内職、自分で少しでもよいので稼ぐ、稼げる、pcで出来る仕事の援助【女性・50歳代】

#### ＜金銭的・物質的支援＞

外出しないのは、税金収める為、節約。支援は、最低生活レベルの金銭的援助があれこと→認定レベルが高すぎる。【男性・50歳代】

自分についてまずは知る必要があると思う。知るための、時間とお金と余裕などの最低限の生活水準が必要だと思う【女性・20歳代】

偏見を減らしていく方法を本気で考える。生活水準の改善。【性別無回答・50歳代】

#### ＜在宅ワーク＞

ひきこもりの状態でも可能なことを提案する【男性・40歳代】

本人および家族が相談しやすいようにしてほしい。外出しなくてもまず家でできることを増やしていく方がよいと思う。【女性・30歳代】

家から出られなくても就労の意思があれば在宅ワークなどで仕事をしてもらうなどという支援が出来ればいいと思います。（データ入力など）【女性・40歳代】

それぞれ事情が違うので、対策も一概には言えないと思いますが、外に出られるように働きかけるパターンと、家でも生産的な活動ができるようにするパターン、両輪で支援してあげたらよいのかな、と思います【女性・50歳代】

#### ＜地域の力を活用＞

素晴らしいと思います。外出することによるメリットや喜びを感じるようなまちづくりができると良いと思います。【男性・30歳代】

地域ぐるみで見守り活動など支援できれば良いと思います。【男性・50歳代】

私には良く分からぬけど。地域でサポートする事は大切だと思う。【男性・60歳代】

### III 調査の結果

支援の幅について／支援の開始時期について 就労支援につなげることやサロンのようにお茶、談話をするような支援（居場所づくり）はしているかもしれません、それにも抵抗がある人、続かない人、心理的・社会的孤立をうめられないかも。映画上映会・ボランティア（参加・主催側どちらでも）、ファンション等美容講座など、エンタメや趣味をどの性別、年齢に対してもひらかかれているような気がするなものがほしい 義務教育の間の講演会も障害、薬物、スポーツのイメージしかない。その段階で、授業・部活以外に語れる場があってもいいと思う。【女性・20歳代】

森林や水田、小川の環境があれば、自然と野外に出ると思います、昭島に限らず、日本のスラム化、せまい歩道、どこを見上げても張りめぐらされた電線、剣山の様な電柱ただで、気が滅入ります。【女性・40歳代】

#### ＜経験者意見の活用＞

自分が引きこもりを経験した事がある人から、現在が同じ状態に陥っている人への場の提供。（まわりにいる人からの援助）【男性・60歳代】

相談員の中に、元当事者など、内情を分かる人がいてほしい。【女性・30歳代】

同じ立場の人同士でお話しできる機会や場所があったらどうでしょう。堅苦しい感じではなく気軽にできる感じで。【女性・50歳代】

経験者で立ち直れた方が主になり、信頼出来る場所として支援できればと思う。【女性・60歳代】

#### ＜その他＞

外に出てする趣味とかを持たせるといいと思います【男性・10歳代】

とても良いと思う【男性・20歳代】

家族や周りの人から相談あってから、この様な調査をすべきでは？健調者？くらいしかこの回答をする人はいないと思います。ただアンケートを取り、やってる感だしても、議会で通らないのでは？予算の無駄かと（このアンケートが）【男性・20歳代】

本当の引きこもりはこのアンケートには回答しないかと思います。【男性・20歳代】

みんなが暮らしやすい街づくりをよろしくお願いします。【男性・20歳代】

この調査票が私に届いた理由が知りたいのと、リモートワークの場合平日は基本的に家にいることが多いので、この調査でそのように回答すると恐らく引きこもりにカウントされてしまっています。以降の設問は引きこもりを前提としたものになっており的外れな質問が多いです。また同棲カップルなどの選択肢が存在していなかったり、政治や社会情勢に关心があるかについて問いたい設問が「新聞を読むか」となっているのが時代遅れです。新聞は読まないが、ニュースアプリは閲覧します。【男性・30歳代】

働き口が欲しいならハローワーク。信用が足りない。働けない状況ならその人が、何ができるのかの情報をその人が、得る方法が必要【男性・30歳代】

外出出来るようになることを必ずしもゴールに定めない方がいいと思う【男性・30歳代】

考えた事がなかったので、これから支援のありかたについて考えていこうと思います。【男性・30歳代】

ひきこもりという、交流の接点を持ちづらいとのコミュニケーションの場をいかにして、作りあげるかという事が、大切で難しいかと思います。その手始めとして、このようなアンケートはいいと思います。【男性・30歳代】
いいことだと思う。頑張って欲しい。（遠い実家で、兄がひきこもり生活を続けていて苦しい。外部の助けはありがたい。）【男性・40歳代】
良いと思います。ですが、疾患持ちの皆さんも必要かと思います。通院費や在宅医療物品の費用の為に、仕事をする日々です。【男性・40歳代】
友達で、たぶんひきこもりと思われる子がいるので是非とも積極的に支援策を打ち出して欲しい。【男性・40歳代】
本当に支援が必要な方が支援してもらえる事を望みます。【男性・40歳代】
テレワークで外出が少ないだけなので、本問診は非該当【男性・40歳代】
突然の質問に困惑。考える時間必要なのと今は時間がない。【男性・40歳代】
このような支援があるとありがたいです外出できない人はきっかけがないと、中々外に自ら出でいくのは難しいと思いますので、外に出やすいアイデアがあるといいですね【男性・40歳代】
支援すべきだと思いますよ。【男性・40歳代】
常に見守りの目があることが望ましい【男性・50歳代】
とても良い事だと思う【男性・50歳代】
自分がその状況ではないが、外国人の為、英語で話せて聞ける人がいると助かります。【男性・50歳代】
重大な社会課題と認識している。しかしながら、そのような人達は自分ではなく外的要因と考えることが多い。よって、自己改革を出来る環境整備が必須であると考えます。自分を変えられるのは自責で解決する信念だと思います。【男性・50歳代】
特にないが、何故無理やり外出させたいのか逆に知りたい。【女性・10歳代】
ぜひやっていただきたい。【女性・10歳代】
地域の習い事（塾以外）があることもいやになる。アウトリーチの現状もしりたい→地域の発表会などに見学でも行くとか合唱祭に団を呼ぶとかも知るきかいになる【女性・20歳代】
良いと思う。頑張って下さい。是非、実施して欲しい。【女性・20歳代】
本格的に引きこもり、その期間が長くなるほど復帰は困難になると思うので、引きこもりになる前の支援が大切ではないかと思う。【女性・20歳代】
自分だけでは行動できない人も中にはいると思うので、このような支援はすごく大切だとおもいます。【女性・20歳代】
畠、土いじりなど自然とふれ合えるような機会をつくる。【女性・30歳代】
外出した方は積極的に、望まれるとおりの支援を受けられるようにしてもらいたい。外出したくない方、しなくても良い方は、放っておいてあげてほしい。外出したくなくても外出しないといけない人も助けてほしい。【女性・30歳代】

### III 調査の結果

なかなか難しい問題だけれど、支援があるということについて様々な場所や媒体でアナウンスすることは常にあった方がいいと思う。深刻な状況になっている人はまわりにそういう環境があることまで目がいきにくいくから。そしてそういう状況になっている人に対して焦らせるようなことはかえってよくないけど、見守るという姿勢も大切だと思います。【女性・30歳代】
あまり考えたことがない。高齢者向けの冊子のような、サークルや集まりのお知らせがあつても良いかもしません。【女性・30歳代】
大変な思いをしている人もいるでしょうから、支援してあげられるならしてあげてほしいと思います。【女性・40歳代】
どうせ低所得世帯、ひとり親で子供が18歳 精神的に辛くても 生活の為無理やり働いてる人の事グレーゾーンの人に支援なんて無いと、期待してません。【女性・40歳代】
現在の支援状況や、それを必要とする方の様子等をよく知らないので、分かりやすく何かでお知らせしてくれると、興味関心を持てる。【女性・40歳代】
具体的にどういう活動をしているのか知りたい。【女性・40歳代】
必要な支援だと思いますが、とても根気強さが求められると思います。【女性・50歳代】
それぞれ事情が違うので、対策も一概には言えないと思いますが、外に出られるように働きかけるパターンと、家でも生産的な活動ができるようにするパターン、両輪で支援してあげたらよいのかな、と思います【女性・50歳代】
本当に困っている人には必要だと思う。【女性・50歳代】
問題が解決するきっかけになるかもしれないし、病気の治療ができるかもしれない。 【女性・50歳代】
もっと早く実現してほしかった。【女性・50歳代】
私も現在うつ病になり薬を服用していますが心の病は本当につらいです どうすれば忘れて気分が晴れるか毎日悩んでいます【女性・50歳代】
とても良いと思います【女性・50歳代】
心療内科や精神科はハードルが高くなかったり踏み切れず家で悶々としている人もいると思うので良いと思う。【女性・50歳代】
誰でも精神的にショックなことがあり、ひきこもりになる可能性がある。また、ひきこもりの方はこのような調査には回答しないのではないかと思う。【女性・60歳代】
カタチだけではなく心のある支援があるといいと思う【女性・60歳代】
皆が健康でハツラツと生活できる社会になると良いですね。【性別無回答・40歳代】
対象者数が分からず支援の内容も不明なのでコメントが難しい【性別無回答・50歳代】
「そんな事！！？」と当事者でしか感じられない事柄を、心の声を聴くには時間も掛かり、信頼関係を築かなければ知る事は出来ない。自分には経験も無く、度量もないで言葉出て来ないです。【性別無回答・50歳代】
いま自分健康ともいます【性別無回答・60歳代】

## 40 現在や将来の不安

## Q40 現在や将来のことについて、不安に思うことをご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋し、ひきこもりの経験や内容別に分類した。なお、回答は原文のまま記載しているが個人が特定できないよう加工している。

## ○過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群

## &lt;老後&gt;

老後のこととか。【男性・20歳代】

老後の不安。【男性・40歳代】

40代で離婚し娘を大学や短大へ出したが自分の老後のお金の無さに不安を感じる。

【女性・60歳代】

## &lt;年金問題&gt;

年金問題など。【男性・20歳代】

年金がもらえるのか、払った分よりだいぶ減ってしまうのではないかが不安。【女性・50歳代】

これからは年金の支給が延ばされて減っていくと思いますが、退職後の生活が心配です。独り身でも安心して過ごせる昭島市にしてほしいです。【女性・50歳代】

## &lt;健康維持・病気&gt;

病気が悪化して入院すること【男性・30歳代】

主治医にまかせてあります【男性・50歳代】

ただでさえうつ病なのにガンが見つかりました。もうすぐ手術します。母親が死んでしまったら自分はどうすればいいのか不安です。【男性・50歳代】

体が動かなくなった時の収入源【男性・50歳代】

自身の体調や感情に波があるので急に落ち込んでしまったり、体の具合が悪くなってしまうことがあるのも悩みの1つです。【女性・30歳代】

うつ病と付き合いながら過ごしているので、毎日仕事して自活して過ごすことだけで精一杯です。将来のことまで考える余裕はないです。考えれば不安になって症状が悪化するだけなので、明日、1週間後、1ヶ月後乗り越えられるかが限界です。他の人は老後などを考えることが普通と思うかもしれません、私の病気は、症状悪化した時に今日明日で死を選ぶかもしれないものなので、これでも十分に自分が頑張って生きていると思っています。【女性・30歳代】

## &lt;生活&gt;

生活費の不安。【男性・40歳代】

### III 調査の結果

#### ＜金銭管理＞

お金のやりくり。出費が多いので将来のための貯金が出来にくいこと。【男性・30歳代】

金銭的な不安【男性・30歳代】

お金の問題が不安【男性・50歳代】

いつも不安です。両親はどんどんと年をとっていくし私も両親も貯金はほとんどありません。この先自分たちはどうなってしまうのだろうかと悲しくなる時があります。【女性・30歳代】

お金【女性・30歳代】

お金に困らずに生活出来るかなあと不安です。【女性・30歳代】

定年後の経済状態【女性・40歳代】

#### ＜受験・学業・就職活動＞

学業と仕事の両立や、収入。【男性・20歳代】

#### ＜結婚＞

独身なので、結婚もかんがえている時もある。【男性・50歳代】

#### ＜出産・育児・子ども＞

子供が大きくなった時に、きちんと支えられるか不安に思うことがある【女性・30歳代】

小さい子供がいるので将来不登校になったときのことなど思うと、必ずしも不登校＝悪いというイメージが払拭され個人個人の特性に合った学びや仕事があたりまえに認められる社会になることを望んでいます。【女性・30歳代】

子供に負担をさせたくないで独り立ちするまでは安心した生活をさせてあげたいです。【女性・30歳代】

子どもの成長…学校生活でつらい思いをしないか【女性・40歳代】

#### ＜仕事＞

いつかは働きたいが踏み出せない（トラウマがある）【男性・20歳代】

仕事の不安【男性・40歳代】

今の職をずっと続けていて良いのか。転職するにしてもすぐに仕事が決まるか不安なので積極的に考えられない。職にも関わる事だが、将来のお金の事が心配。【女性・20歳代】

#### ＜その他＞

仕事にはきちんと行きますが友達がいないので仕事以外は家なので、先々しんぱいです。楽しい事があるのか…イライラしてる事も多い。もっと人とかかわってほしい。【男性・10歳代】

収入、税金、正しい税金の使われ方【男性・40歳代】

犬が死んでしまった時のペットロス。【女性・30歳代】

先のことを考えれば考えるほどしんどくなる【女性・30歳代】

匿名や、ほかの人に聞かれたくない相談でも、気軽に相談できるところがあるとよいと思います。【女性・50歳代】

死にまで生きる【女性・60歳代】

○広義のひきこもり群・過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群以外

<老後>

老後の生活【男性・30歳代】

独身の高齢者の住居の確保についても不安に思います。【男性・30歳代】

老後豊かな生活ができるか不安。【男性・30歳代】

今後、高齢になった際に収入が減ってちゃんと生計を立てられるか不安【男性・30歳代】

独身のままなので、老後が心配【男性・30歳代】

老後【男性・40歳代】

老後のお金【男性・40歳代】

老後の不安はあります。色々な支援はしてほしいなと思います。【男性・40歳代】

老後の生活費【男性・40歳代】

老後のこと【男性・40歳代】

親の介護、自身の老後【男性・40歳代】

金銭面で、収入が増えず、老後の生活資金が、貯められず、老後が不安。両親の今後の介護費用等どうするか【男性・50歳代】

老後の生活【男性・50歳代】

老後の生活に不安を覚える。【男性・50歳代】

老後の事が心配です。【男性・60歳代】

現状では独居老人となる事は避けられず、理想的な死に際を迎える手はずをそろそろ準備しなければと考えています。そうした窓口が市にあれば幸いです。（既にあれば申し訳なく、かつ心強いです。）【男性・60歳代】

老後について【女性・20歳代】

老後の生活、将来設計。【女性・20歳代】

老後のこと【女性・30歳代】

老後暮らしていけるだけの経済力が欲しいので少々不安。【女性・30歳代】

老後の生活について。【女性・40歳代】

税金がこの先どんどん上がっていくので、老後の生活が心配になる 働いている人がもう少しがんばってよかったと思える国の制度を変えてほしい。【女性・40歳代】

老後の生活【女性・40歳代】

自分の老後の収入や病気になった時のこと【女性・40歳代】

老後住む所年金、老後の生活費【女性・40歳代】

定年後の生活【女性・40歳代】

老後のこと【女性・40歳代】

単身なので老後の生活がどうなるか不安に思うことがあります【女性・40歳代】

老後の資金を貯める余裕があまりないこと【女性・40歳代】

### III 調査の結果

老後の一人暮らし【女性・40歳代】
老後倒れた時誰かに気づいてもらえるか等考えると不安になる。【女性・50歳代】
病気になってしまった時や老後、日本は、どんなふうに変わっていくのか、現状から考えて全体的に不安しかない。【女性・50歳代】
若い世代や老人への支援が多いが働く世代の単身者に対する支援がない。長く生きていても、お金が底をつき、働くこともできなくなるので、介護施設が沢山あった方がいいと思います。（誰でもすぐに入れるように、頼れるように）【女性・50歳代】
老後の生活【女性・50歳代】
子供がいなく1人な為、老後が心配【女性・50歳代】
老後資金【女性・50歳代】
子供たちの学費などでお金がかかり、老後の生活が心配です。【女性・50歳代】
老後、年金だけでの生活が出来るか不安です。人が苦手で友達もいないし1人暮らしで話し相手がない。【女性・50歳代】
老後資金【女性・50歳代】
老後の事。【女性・60歳代】

#### ＜年金問題＞

年金、国保料などの納税額が年々大きくなる。【男性・20歳代】
年金や社会保障制度が、将来自分が受け取る側になるまで存続しているか。払うだけ払って破綻されないか。【男性・20歳代】
年金問題【男性・20歳代】
年金足りなそう【男性・30歳代】
年金がしっかりともらえるかどうか【男性・30歳代】
年金が生活する上で足りるか【男性・40歳代】
年金制度が崩壊するとまでは思っていないが、減額が不安。【男性・40歳代】
年金では生きていけるか？駄目だった時に働くか？【男性・50歳代】
年金【男性・50歳代】
老後の年金【男性・50歳代】
年金が十分にもらえないかもしれないで生活できるようにどんな年齢でも働く環境をすぐにでも体制を整えてほしい。【男性・50歳代】
年金が心配。【男性・50歳代】
年金で生活できるか？不安【男性・60歳代】
年金ほしい【女性・10歳代】
現状では年金が払えていないことに、将来の不安を感じています。【女性・20歳代】
年金、3000万問題などの金銭的負担が圧倒的に大きく、常に頭の片隅にある。また、現在の高齢者に対しての手厚い社会福祉と同様のものを自身の年代が受けられるのか。【女性・20歳代】
老後の年金はもらえるかなどの金銭的問題が不安【女性・20歳代】

老後の年金問題について不安を思います【女性・30歳代】
年金で暮らして行けるのか…【女性・30歳代】
将来年金はもらえるのか不安。【女性・30歳代】
年金もしっかり払っているが将来自身に還元されるか不安【女性・30歳代】
年金問題【女性・30歳代】
年金生活になってから、くらしていけるか。【女性・40歳代】
年金がもらえるか。独身でも何とか生きていける社会にならないか。【女性・40歳代】
年金受給できるか心配【女性・40歳代】
将来の年金の状況が心配。【女性・40歳代】
将来、年金で生活できるのかどうか。他人に迷惑をかけないで死ねるか【女性・40歳代】
私の障害年金では、生きていけない。【女性・50歳代】
年金が十分に得られないのではという不安から仕事を選ばざるをえない。外国人ばかり優遇され税金を払い続けている人間がとてもむなしく感じられる。時折とても馬鹿馬鹿しく、引きこもりたくなる。【女性・50歳代】
年金問題【女性・50歳代】
年金だけでは生活は厳しいから長生きはしたくない。【女性・50歳代】
年金【女性・50歳代】
年金受給額【女性・50歳代】
年金で生活できるか不安です。【女性・50歳代】
非正規で、収入が低く、年金も少ないので、将来が、不安です（現在は、何とかなっていますが）。【女性・50歳代】
年金【女性・50歳代】
給料が安い、年金額が少ない【女性・60歳代】
年金もらえるかなあ…【性別無回答・20歳代】

## &lt;健康維持・病気&gt;

路上喫煙が大変多く、体の健康について不安に思っています。【男性・30歳代】
自営業なのでケガや病気への不安【男性・40歳代】
持病の事。将来必ず悪くなるのは決まってるから、どこまで1人で生活できるか。人には迷惑かけたくない。【男性・40歳代】
脳梗塞を患ってるので、いつ再発するのか、しないのか。【男性・40歳代】
健康【男性・50歳代】
自身と親の健康【男性・50歳代】
自分の健康や介護、そして、それらにかかる費用。【男性・60歳代】
過去にパワハラと睡眠不良で苦しんだ経験がありますので、どこでまたスイッチが入ってしまうかの不安はあります。【男性・60歳代】
何歳まで健康でいられるかがわかればっておもっていますが、こればかりはわかりようがない。【男性・60歳代】

### III 調査の結果

重い心臓病を持っている娘を失うことが怖いです。【女性・20歳代】
自身の持病【女性・20歳代】
病気で働けないといわれているから、母が亡くなった後、ホームレスになるのかなとちょっと不安 仕事があればしたいけど、ながく働くとちょうどしが悪くなつた経験がある。アメリカにすみたいと言うゆめも1ヶ月に1ど病院で薬をもらってのまないといけないことから、長期たい在は無理にちかい。だからはやくけんこうになりたい。なおしたい。【女性・30歳代】
病気【女性・30歳代】
健康面。いつまでも元気で家族と長生きしたい思いが強いです【女性・30歳代】
将来自分自身が健康でいられるか不安。【女性・30歳代】
子供が成人するまで健康でいられるか【女性・30歳代】
健康【女性・40歳代】
健康状態について。【女性・40歳代】
持病（腎臓）、精神疾患【女性・40歳代】
病気になった時に生活面のことを頼める人がいない【女性・40歳代】
自分の健康について【女性・40歳代】
そろそろ更年期か近付いてきたので心身ともに不安はある。【女性・40歳代】
病気が心配。【女性・40歳代】
健康年齢【女性・40歳代】
自身の健康【女性・50歳代】
持病があり医療費がかかるので、働けなくなつたら暮らしていけるか心配【女性・50歳代】
自分の健康と定年後の生活【女性・50歳代】
一人暮らしのため、高齢になった時、重い病気になった時の対処方法など【女性・50歳代】
健康に暮らせるか【女性・50歳代】
健康不安は常にあります。【女性・50歳代】
健康で働けるうちは良いのですが、それが叶わなくなつた時に、生活していけるか不安に思います。【女性・50歳代】
健康の心配ばかりしています。【女性・50歳代】
健康に過ごしていきたい！！生きていきたい！！と日々思っています【女性・50歳代】
自分の健康【女性・50歳代】
健康【女性・50歳代】
健康管理。長生きリスクへの対応。【女性・50歳代】
病気になったら不安である【女性・60歳代】
健康状態が現状維持できる事※年老いて、誰にも迷惑かけずに余生を過ごせたらと【女性・60歳代】
病気になること【性別無回答・50歳代】

## &lt;介護&gt;

いつになるかわからないが親の介護【男性・30歳代】
親の介護【男性・40歳代】
親の健康や介護。【男性・60歳代】
親の介護【女性・30歳代】
介護問題【女性・30歳代】
夫が病気や年で要介護になった時など、うまくやれるか不安。【女性・30歳代】
将来の親の介護【女性・40歳代】
親の介護【女性・40歳代】
母が認知症になり、性格も荒くなり、徘徊も頻回するようになりました。特養ホームが、4年待ちで、大変困っています。【女性・50歳代】
要介護3の母との同居生活。本人、自分、自分の姉弟みんなにより良い生活。【女性・50歳代】
親の介護関係と子育てが重なり、手いっぱいです。何かサポート体制が整うと有難いと思います。(仕事と子供のスポーツ手伝いなどもあり)【女性・50歳代】
親の介護がいつまで続くのだろうと思っています。介護などがある為、本当はチャレンジしたい仕事にも就けない現実があります。自分の人生なのだからやはり自分を第1に考えられるようになりたいと思うこの頃です【女性・50歳代】
介護が心配で不安。【女性・50歳代】
病院で治療は出来ないが1人ではいられない、家族も働かなければならず、ずっと付いてはいられない時、福祉としてやってもらえる事、病院との連携、相談にのってくれる所などトータルで聞いてくれるところが欲しい。今あるのならどーなのかわかりやすくして欲しい。複数箇所に何度も行くのは難しい。【女性・50歳代】
仕事しながら介護できるか【性別・年齢無回答】

## &lt;生活&gt;

生活費等が上がっているのでお金です【男性・30歳代】
ハザードマップで色のついた場所に住んでいる事【男性・40歳代】
親のこと(生活保護)【男性・40歳代】
将来の生活【男性・40歳代】
生活費。【男性・50歳代】
私と妻は歳の差があり、私が先に死んでしまった後、まだ小さい子供が2人いて、どのように収入を得て、生計を立てていけばよいか、たまに妻と話しますが、本人は、まだ考えられないそうです。自営業ですがなかなか収入も上がらず心配です。【男性・50歳代】
もし、母が亡った後の自分の生活【男性・60歳代】
昭島市で生活していく上での人間関係。近所づきあい(自治会関係など。)【男性・60歳代】
母子家庭で2人での生活ペースを保ちたくて実家から出たいけど、やっぱり家賃は高いしかからと言って実家が都営住宅だから都営住宅に応募も出来なくて いつになったらどうやったら自立できるのか不安【女性・20歳代】

### III 調査の結果

お金に余裕がなく生活が苦しいため、今後の事はあまり考えたくない。【女性・30歳代】
住まい【女性・40歳代】
実家の後しまつ、健康保険【女性・40歳代】
食品など多くの物価が上がり今後の生活や子育てなど、将来が不安になります。【女性・40歳代】
将来もっと年令がいって母が亡くなつたらどうしようと思います。【女性・50歳代】
自分が未婚で両親同居。一人になった時どうしたらよいのかわからない。友人もいないし。金銭面でどのくらいかかるのか、施設に入つてもお金はかかるし…。それこそ引き込もりになつてしまいそう、日々不安で仕方ない。【女性・50歳代】
日本の経済、貧富の格差拡大、物価上昇に年金が追いつかないで、生活苦。【女性・50歳代】
毎月ギリギリの生活ですが心も身体も元気に過ごせます様に【女性・50歳代】
生活苦【女性・50歳代】
現在、賃貸に住んでいるが退職後賃貸金が65才以上安くなる制度があったら知りたい。とても不安に思う。【女性・50歳代】
将来働きなくなった時の生活が不安。年金とかももらえないと思うので。【女性・60歳代】

#### ＜金銭管理＞

お金のこと（「将来への投資や貯金」と「現在使うべきお金」のバランス等）【男性・30歳代】
資金のやりくりについて【男性・30歳代】
貯金が出来ない【男性・30歳代】
住宅ローン【男性・30歳代】
親のこと（借金）【男性・40歳代】
金銭面【男性・40歳代】
貯蓄が難しい【男性・40歳代】
退職後生活できるか、金銭面が不安【男性・40歳代】
定年後も子どもがまだ学生のため、収入等が不安【男性・40歳代】
金銭面が不安【男性・50歳代】
ローン等金銭面【男性・50歳代】
学費で貯蓄ができない、支援は大学生まであってほしい【男性・50歳代】
預貯金が足りているか【男性・50歳代】
80才まで住宅ローンがあり。年金で返済することに無理を感じている。これは、妻が心の病いで職を辞し、ライフプランが大幅にくるつたため。娘も就職したかと思ったら、2週間で辞めてしまい無職。【男性・60歳代】
定年後の収入【男性・60歳代】
不妊治療の費用について不安。助成対象を広げて欲しい【女性・20歳代】
夫の帰りが遅いのでワンオペがつらい。その上給料が少ないのでいろいろと大変。貯金もできない。もう一人子供がほしいが金銭的に無理。【女性・30歳代】
金銭面の安定【女性・30歳代】

増税・控除などの廃止による金銭的負担【女性・30歳代】
生活費（お金）の心配。それ以外はとくになし【女性・30歳代】
金銭面（経済面）【女性・30歳代】
お金【女性・30歳代】
貯金【女性・30歳代】
金銭面、ローン 毎日不安です【女性・40歳代】
親の借金返済【女性・40歳代】
お金【女性・40歳代】
お金がない【女性・40歳代】
離婚をしたくてもお金の面で1人じゃ生活する力がなく仕方がなく離婚せずがまんして生活をしています【女性・50歳代】
学費など、子供の夢や願いを叶えるための資金(私達、親の給料)に余裕がないので、全部を注ぎこんでも足りなかつたら…借金を負わせたくない ・貯金がなくて、この先困らないか【女性・50歳代】
家計【女性・50歳代】
この先お金が足りるかちょっと心配【女性・50歳代】
経済的不安は常にあります。【女性・50歳代】

## &lt;受験・学業・就職活動&gt;

就活など【男性・10歳代】
大学入試【男性・10歳代】
就活中なので不安くらいですかね。でも支援がいるレベルではないです。【男性・20歳代】
仕事がなかなか受かないので年金の支払いが遅延している。又貯金もないため、早く働きたい。 両親も若くないので、早く安心させてあげたい。長く働く職場に巡り合いたい。 【男性・30歳代】
正社員に応募しても中々なれない。正社員になって、安定した収入を手にしたい【男性・40歳代】
進学することができるのかを不安に考えることがある。【女性・10歳代】
高校入試が近いので、進路が不安。【女性・10歳代】
大学生活【女性・10歳代】
就活【女性・20歳代】
就職【女性・20歳代】
就職活動について【女性・20歳代】
資格が無い中の就職活動【女性・20歳代】
職場にもなじめなかつたことを理由に退職した。今後、また働きたいと考えているが、一度退職していることや年齢が不利に働くのではと感じている。【女性・30歳代】
子どもの将来、学費など【女性・40歳代】
子どもが発達障害なのですが手帳もなく、公的支援は特に受けられません。特に周りからは、理

### III 調査の結果

解されにくいと思うのですが、一般的に就職して将来自立していくのか不安です。このレベルの子どもは沢山いると思いますが、将来のこと、どこに相談してよいのか、また、こういった子どもたちへの援助についても考えて欲しいです。【女性・50歳代】

子供が発達障害の為、進学や就職についてつねに不安に思っている。【女性・50歳代】

#### <結婚>

経済的な不安。正社員として仕事をしているが、手取り収入が少なく、将来結婚をしても家庭を築いていける自信がない。【男性・20歳代】

いつ結婚できるか【男性・20歳代】

パートナーとの関係【その他・10歳代】

#### <出産・育児・子ども>

子供が産まれるので、経済面で心配がある。子供を育てやすい昭島市にしてほしいです。

【男性・20歳代】

会社は給与をあげてくれない。子供うまれたら金銭面が不安です。手当が欲しいです。

【男性・20歳代】

子育て支援が不十分なところ。【男性・30歳代】

子供の教育費用【男性・30歳代】

育児【男性・30歳代】

子供がちゃんと自立できるか【男性・30歳代】

子供がほしいができない【男性・30歳代】

子育て。子どもの成長。【男性・40歳代】

教育資金【男性・40歳代】

子供の将来の不安はあります。色々な支援はしてほしいなと思います。【男性・40歳代】

子供たちの成長【男性・40歳代】

障害の息子の施設入所の受け入れ先が決まるかどうかの不安【男性・40歳代】

子の進学等【男性・50歳代】

子どもの将来【男性・50歳代】

子供の将来の事【男性・50歳代】

子供達の将来【男性・60歳代】

子供が3人いるので、何不自由なく育てられるか不安になるときがある。【女性・20歳代】

出産、子育ての金銭的問題が不安【女性・20歳代】

育児をしていく上での経済的な不安。職場復帰したら仕事と育児の両立ができるかが不安【女性・20歳代】

出産・育児、それに伴う金銭的負担

【女性・30歳代】

妊活中心の生活にしたい。

【女性・30歳代】
子供の進路【女性・30歳代】
経済的な不安、子育てと仕事を両立できるか。健康。【女性・30歳代】
育児が大変。やっぱり女の負担が多い こどもが入院、保育園いけない、ずっと仕事やすむ。育児と仕事の両立はぜんぜんできない。本当に少子化をふせぎたいなら男性もこどもの体調不良等早退、休めるようにするか、何かサポートほしい 病児保育もあづかってもらえなかつた。満床や今回の病気があづかれないので。やっぱりこそだてしにくい。辛い。子どもはかわいいけどしんどいです。【女性・30歳代】
主人が単身赴任中で、現在妊娠しているので、ワンオペで2人の育児ができるかどうか。
【女性・30歳代】
物価高、子育て、政治に不満【女性・30歳代】
現在、不妊治療中でその不安はあります 見知らぬ土地に引っ越してきて、どこにだれに相談すればいいの分からず途方に暮れてました。近所の婦人科があるところを調べても、どこも妊娠した方が通うようなところしかなく、不妊治療やプライダルチェックのようなことをしたい場合、通いやすいクリニックをどうやってみつければいいのか、そういう相談窓口があれば知りたかったです。きっと、同じ悩みをかかえてる人は多いんじゃないかなと思ってます【女性・30歳代】
税金が増えすぎて、子供の将来が不安。賃金も増えないので、自分の将来も不安になる。
【女性・30歳代】
子どもが3人いるため、学費が心配【女性・30歳代】
今の国の政策がどうしようもないため、子供の将来が不安【女性・30歳代】
共働きで子供も2人育てています。近所の都営マンション駐車場に停まっているピカピカのレクサス、VW、最新の国産車…うらやましいと毎日思っています。頑張って働いていますが、そのせいで世帯年収が上がり、認可保育園全滅、学童保育も待機、おさめる税金も上がり、辛いです。学童代わりの預け先の費用も高く、子を養育する大変さに苦しんでいます。頑張り損、子育て損ですね。外出しなくても生きられるなら、ずっと家にいたいです。【女性・30歳代】
時短勤務が切れた時に、仕事と子育て(家庭)の両立が出来るか不安。【女性・30歳代】
18成人で、まだまだ成人に程遠い子どもを育てて居る。ひとり親世帯に対して何の支援も無い。
【女性・40歳代】
子供の教育資金【女性・40歳代】
自分がこの先いつまで健康で働き、生活・育児していくか考えることはあります。
【女性・40歳代】
シングルマザーで子供の希望する私立に行かせてあげれない。受業料は無料でもの他にかかる金がくはやはり私立は高いごめんなさい娘…【女性・40歳代】
自分が他界した時の事を子供達にどうしてもらうか。【女性・40歳代】
息子の幼稚園のママ友と少しトラブルになっていて、関係が良くなれるか不安です。
【女性・40歳代】
子どもの教育費【女性・40歳代】

### III 調査の結果

子どもが巣立った後の老後の生活日本が衰退する中での子どもの将来
【女性・50歳代】
子供は小4。放課後の子供の居場所に困っています。【女性・50歳代】
教育費（高校大学、専門学校等）が高すぎて、低所得者でも高額所得者でもないので、生活が圧迫されてしまう。このままだと働きすぎで病みそうです。【女性・50歳代】
子供の自立【女性・50歳代】
子供が（まだ学生ですが）一人で暮らしていける給料を稼げるようになるか心配【女性・50歳代】
子供が4人いるので収入が不安です。今政府が行っている子育て支援の取組みに期待しています。諸々の政策に所得制限をもうけないことは大賛成です。そもそも高所得者は税金を沢山おさめている訳で、その人達が恩恵を受けられない仕組みはおかしいです。高所得者は一般的に低所得者よりも努力を重ねて今の姿があるのだと思います。【性別無回答・40歳代】

＜仕事＞

かせげるか不安【男性・10歳代】
一流企業への就職以外に安定した生活を送れるような仕事があるのか不安。【男性・10歳代】
人並みに収入、仕事、人間関係など心配ごとはあるが考えても仕方ないので考えないようにしている。【男性・30歳代】
収入【男性・30歳代】
現在の勤務先にこれからも勤務すべきか。【男性・30歳代】
このまま働き続けて収入が上がっていくかどうかが不安【男性・30歳代】
あと数年で管理職になりそうだが実力が追いつくか【男性・30歳代】
仕事に自信がないが仕事を辞める勇気もない。年齢は上がっていくので、責任は増えていく。このままあと数十年あるのかと思うとしんどい【男性・30歳代】
現在、神奈川の方で仕事をしているが近い将来昭島で働きたいと思っています。ただ給料や待遇でイマイチ昭島での仕事を躊躇している。【男性・30歳代】
体調が良くないのに、仕事が休めないこと。【男性・40歳代】
40代で子どもが誕生したので、自分の年齢も上がっていく中、今後の子育てについて少し不安を感じる時がある。【男性・40歳代】
良い職場に着きたい【男性・40歳代】
定年まで現職を続けるべきか、他に自分にあった仕事はないか。【男性・40歳代】
50過ぎで転職して収入減り今後の生活がどうなるかが不安【男性・50歳代】
生活していく上で自分の収入だけで生きて行けるのか心配です【男性・50歳代】
仕事から早くリタイヤしたいがいつまで働くなければならないのか？【男性・50歳代】
仕事が順調かどうかと収入。【男性・50歳代】
60歳以上の働き方【男性・50歳代】
仕事が12月終了、収入が無くなる。6月からまた税金取り立てが始まること！【男性・50歳代】
定年までの雇用に不安を覚える。【男性・50歳代】

会社（定年後の収入）【男性・60歳代】
自分の仕事や収入【男性・60歳代】
働くことに不安がある【女性・10歳代】
就きたい仕事がない【女性・10歳代】
勤めているが、自身の業務量について上司に相談しても改善されず、仕事がおわらず精神的にも苦しいが、休みをとろうとすると、上司だけでなく周囲にも渋い顔をされ八方ふさがりなこと。 【女性・30歳代】
給与（教育費用など）【女性・30歳代】
今の仕事をいつまで続けるべきか。今の仕事でいることで、将来が心配。しかし、年齢的に転職は腰が重い。【女性・30歳代】
現在派遣社員なのでまた正社員を目指したいがやりたい仕事が自分でも分からることと、将来や老後のお金について。【女性・30歳代】
派遣で仕事をしていますが、大抵の契約は3ヶ月更新です。産休や育休などを取ろうとしても、その手前で契約満了扱いで切られてしまうので、雇用保険を納めていても手当金が貰えない仕組みに疑問を感じています。【女性・30歳代】
自営業をはじめたが、今後、目標の収入が得られるほどの仕事ができるかが不安。 【女性・30歳代】
女性の出産後のキャリアプランについて不安を思います【女性・30歳代】
配偶者が働けなくなったあと、私がしっかり働けるのかが不安。【女性・30歳代】
いつまで働くかなければいけないのか不安。【女性・30歳代】
支出ばかり増えて収入が増えない【女性・30歳代】
頑張って働いているが余裕がない【女性・30歳代】
収入【女性・40歳代】
いつまで働くのか、働くかなければいけないのか【女性・40歳代】
物価が高騰しているのに賃金が上がらない。【女性・40歳代】
共働き（フルタイム）で、職場が都心。このままフルタイムで働き続けられるのかとても不安です。【女性・50歳代】
介護と育児両方の上、仕事をどのようにするか考えている。自分の体調も良くないのでどのように生活していくか仕事が見つかるか不安。今は夫の収入で生活出来てるので大丈夫ですが今後専業主婦も国民年金支払い始まるのでどうするか考えてしまう。【女性・50歳代】
いつまで健康で仕事が続けられるのか。仕事が出来なくなったら生活できるのか心配。年金だけでは生活は厳しいから長生きはしたくない。【女性・50歳代】
定年退職となって、働く場所が無くなった時の収入元をどうすればいいか、子供に手がかかるなくなった時に社会参加ができる場が見当たらなくなり、孤独になったらどうしようかと不安。 【女性・50歳代】
収入【女性・50歳代】
物価が上がっているのに、収入は増えない。時給が上がっても、稼げる上限があるので収入は増えない。収入を増やすと、税金でもっていかれるので意味がない。働く意欲がなくなる。 【女性・60歳代】

### III 調査の結果

＜災害・コロナ禍＞

ワクチン副作用が酷く、長生きしたくない。【女性・40歳代】

＜その他＞

夢が決まってない【男性・10歳代】

今やっていることが先につながっているかが不安、なりたいもののイメージがないのも不安  
【男性・20歳代】

少子高齢化による様々な弊害【男性・20歳代】

物価高、増税による可処分所得の減少。子育て支援の全国的な政策。国力、経済力の強化のため政策の実行。実行力の伴う政治【男性・30歳代】

不安はあるが不安に思ってもしょうがないと思っている【男性・30歳代】

物価上昇のこと【男性・30歳代】

昭島が今後どのような方向性に向かっていくのか不透明。マンション？物流倉庫？市として今後どのような町を目指して行きたいのかビジョンがみえない【男性・30歳代】

長野の借地の上に立っている実家の処分【男性・40歳代】

税・社会保険料の高騰が不安。【男性・40歳代】

気候変動、天変地異、不況、国際紛争…いくつかが複合的に起こるケース【男性・40歳代】

環境問題、日本の衰退【男性・40歳代】

非課税世帯で今後不安【男性・40歳代】

日本は天変地異に加え戦争などの猛威に日々不安を持って生きている。【男性・40歳代】

とにかく、税金と社会福祉制度！将来が不安！！今の政治家に疑問を抱いている。財務省を始め、日本の将来が、不安！【男性・50歳代】

個人的にはこのシステムを国レベル迄になれば大きな支援になり、昨今のエネルギー不足もなくなると考えられます【男性・50歳代】

税金、物価高による生活水準の低下【男性・50歳代】

社会状況など【男性・50歳代】

正直者が馬鹿を見ている世の中に絶望している。人類なんか絶滅すればいい。【男性・50歳代】

若年定年退職後の自分【男性・50歳代】

税金が高い。ボーナスから税金取るのは昔に戻してやめて欲しい。サラリーマンのプレゼントなので。【男性・50歳代】

単身であること【男性・50歳代】

今の世の中、先の事は誰もわからないので不安に思うことは殆どない。わからない事を不安に思っても時間の浪費と思います。行政の支援を期待せず、自己責任であ【男性・50歳代】

私は、膀胱ガンを宣告され、自分の人生とはなにか、なにが、幸せなのか、今、今後どう生きれば良いのか、検討中です。【男性・60歳代】

少子高齢化問題に対する政策。選挙における投票率の低さ。【男性・60歳代】

行政に期待出来ない【男性・60歳代】

これからの生活支援【男性・60歳代】
いつ地球が滅亡するのか。【女性・10歳代】
人付き合いがうまくなりたい【女性・10歳代】
8050。支援っぽい支援しかない現状+支援が栄えている駅中心に行われているイメージ。SSWが子、親、学校、地域のニーズを満たせるように動けているのか。ボランティア等もしたいけど、日程やジャンルにしばりを感じる。相談に行く“電話する”のアクションも大変に感じるときのhelpの出し方（web、訪問など）【女性・20歳代】
自分が何者にもなれないような気がする【女性・20歳代】
政治家の感覚と一般人の感覚の乖離【女性・20歳代】
メンタルが弱く、自分に自信が無いので、とにかく1人が苦手です。そのため、将来的に1人になってしまったときどうしようと漠然とした不安は常にあります。【女性・20歳代】
全く当てはまる項目がなく世帯主で子育てもしているのになぜこのような書類が送られてきたのか疑問ですし不愉快です。【女性・30歳代】
戦争【女性・30歳代】
私には精神障害を持った弟が居ます。まさに、弟が引きこもりです。そうした人達への自立支援の仕組みを充実してほしいです。【女性・30歳代】
戦争が起きないか不安です。【女性・30歳代】
社会保険、住民税が高いが、何も還元されてない思いになる【女性・30歳代】
子育てる上で昭島市の住環境が不安。（物流倉庫建設による道路状況悪化で事故等が増えるのではないか、住みたくない街になってしまいのではないか等）【女性・30歳代】
色々な手続きをわかりやすくしてほしい。【女性・40歳代】
18歳で高卒・正社員で仕事を探していても、就職先どころか直接にすら辿り着けない社会。不安以外あるわけない！【女性・40歳代】
老後資金2千万、学歴社会、重税、等々、気が滅入る事ばかり。どこもかしこも枠組み（駐車場、やあらゆる施設）や線引きされ、窮屈で呼吸が苦しい。住みづらい日本を感じて気分が沈み晴れない。【女性・40歳代】
独居老人となること、その際の社会との関わり方【女性・40歳代】
高齢者に対する手続きの簡素化と携帯やパソコンに不慣れな高齢者に対する支援があればと思います。【女性・40歳代】
二世帯住宅なので自分1人の時間がほしい。【女性・50歳代】
高齢化で若い人たちの負担が増えそう。紛争が起りそう。地震がきそう。【女性・50歳代】
空屋を何とかしてもらいたい！！もったいない！！治安【女性・60歳代】
将来、一人になった時に支えてもらえるか？助けてもらえないのではないか？困った時に連絡できる機関の一覧表が欲しい。（紙で家のかべに貼っておけるようなもの）【女性・60歳代】
物価高騰、保険料、税金、これからの健康、水道光熱費を収入からきちんと支払って、生活していくのか。【女性・60歳代】
ニュースをみているとあれやこれや疑問や不安はあります【女性・60歳代】

### III 調査の結果

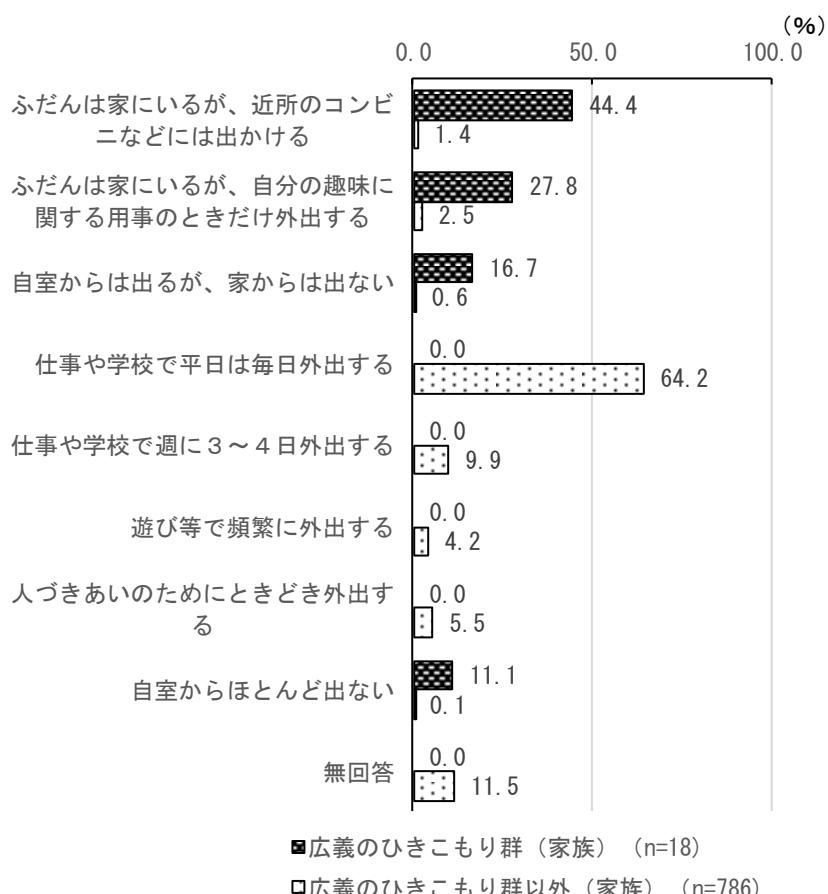
※Q41の設問は、家族が広義のひきこもり群であると思われる人を定義するために使用した。

#### 41 家族のふだんの外出頻度

Q41 同居するご家族等についてお聞きします。その方は、ふだんどのくらい外出しますか。  
(○はひとつだけ)

※同居するご家族等：父、母、きょうだい、祖父母、配偶者、子、その他の人

※該当する方が2人以上いる場合は、その状態が一番長く続いている方についてお答えください。



家族のふだんの外出頻度について広義のひきこもり群では、「普段は家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」(44.4%)、「普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ出かける」(27.8%)、「自室からは出るが、家からは出ない」(16.7%)、「自室からほとんど出ない」(11.1%)の順になっている。

※Q42～Q57は、Q41において家族の外出頻度が低かった人（Q41において5～8を選択した人）のみが回答する項目となっている。

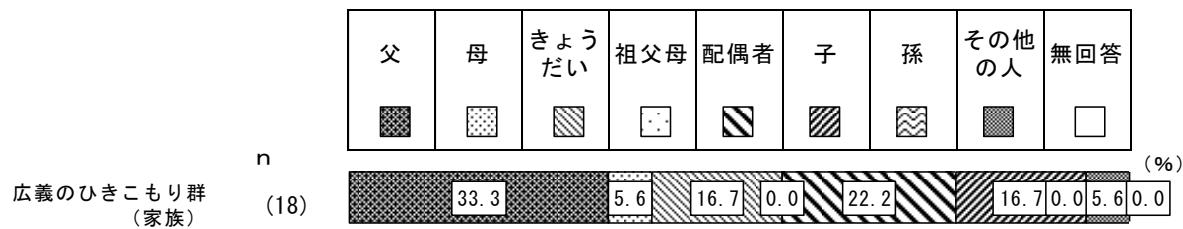
本報告書では、その中でも家族が広義のひきこもり群に該当する人の結果について記載する。

ここからはQ41の「5～8」のいずれかに該当する同居のご家族等（以下、その方）についてお答えください。

※該当する方が2人以上いる場合は、その状態が一番長く続いている方についてお答えください。

## 42 家族の続柄

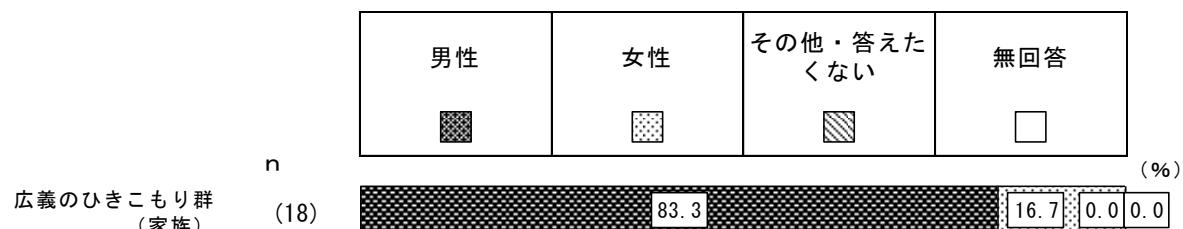
### Q42 あなたから見たその方との続柄（○はひとつだけ）



家族の続柄については、「父」（33.3%）、「配偶者」（22.2%）、「きょうだい」「子」（ともに16.7%）、「母」「その他の人」（ともに5.6%）の順になっている。

## 43 家族の性別

### Q43 その方の性別をお答えください。（○はひとつだけ）

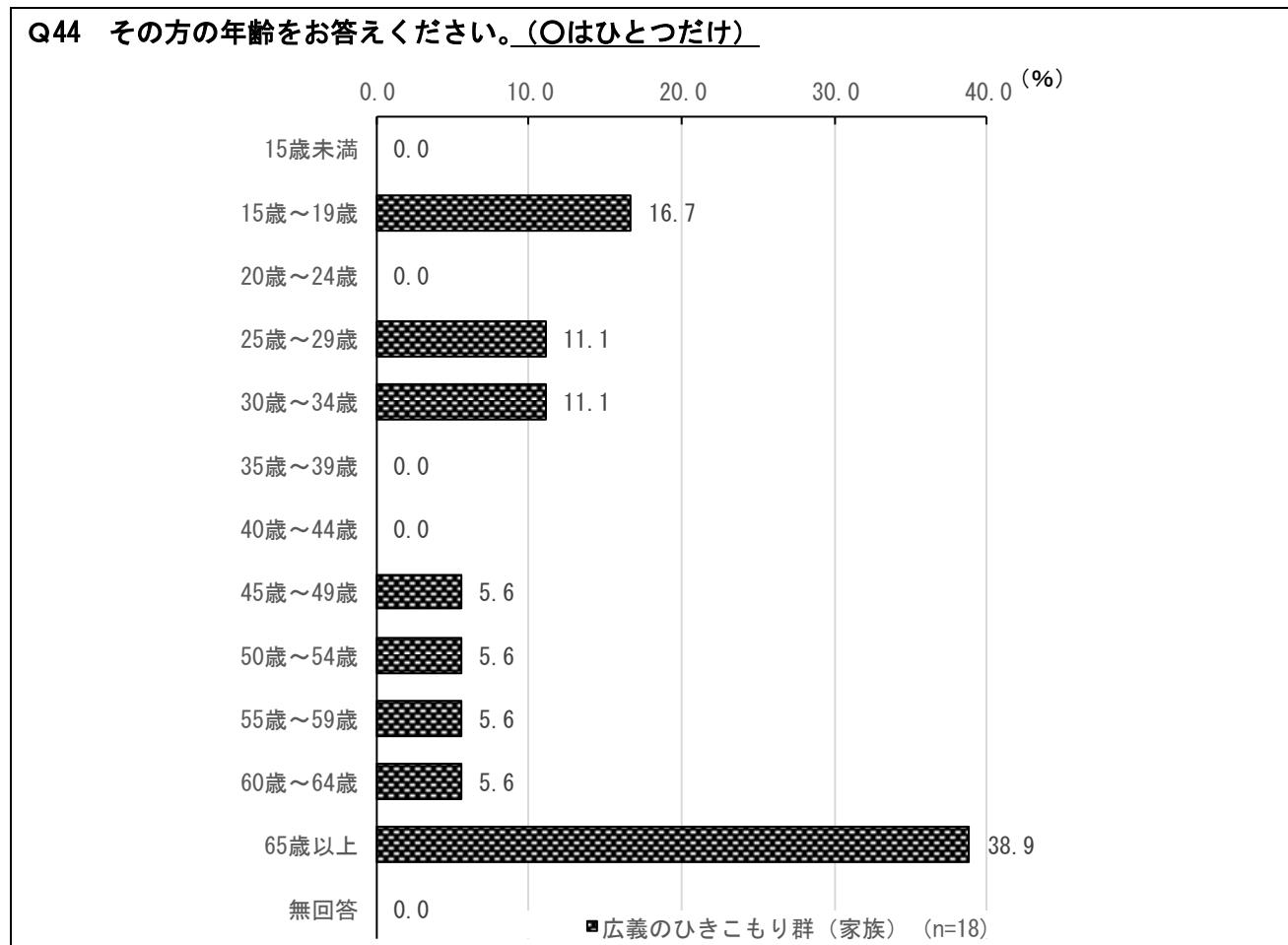


家族の性別については、「男性」が83.3%で「女性」が16.7%と男性の方が高い割合となっている。

### III 調査の結果

#### 44 家族の年齢

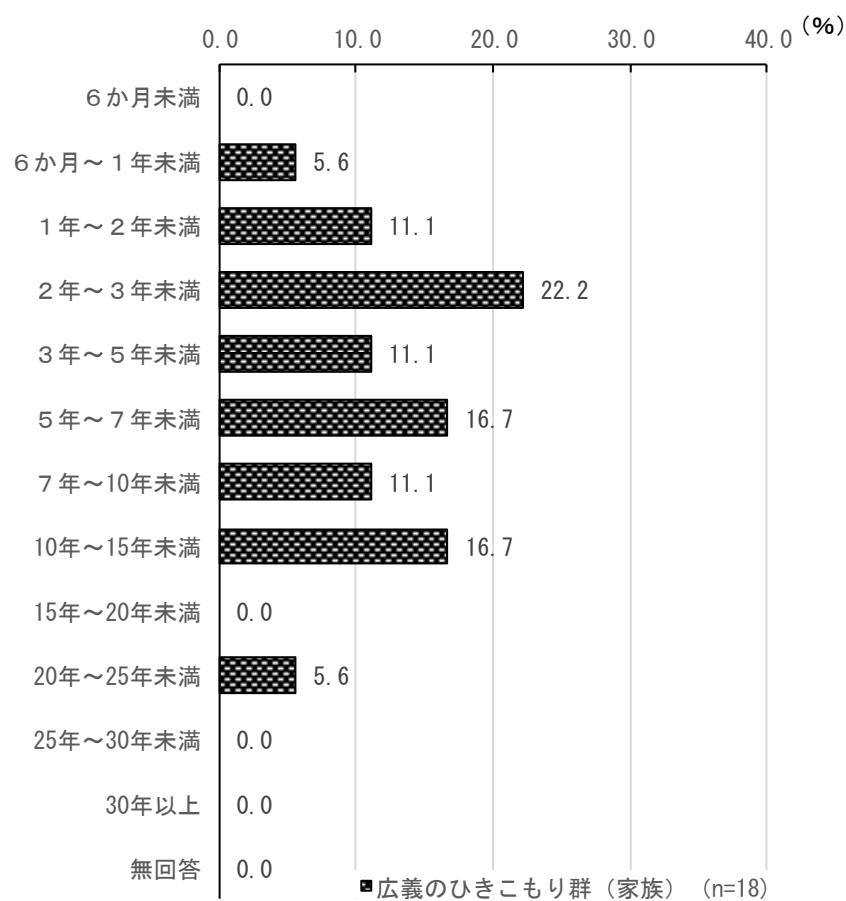
Q44 その方の年齢をお答えください。(○はひとつだけ)



家族の年齢については、「65歳以上」が38.9%と最も高くなっている。『10歳代』（「15歳未満」 + 「15歳～19歳」）は16.7%、『20歳代』（「20歳～24歳」 + 「25歳～29歳」）は11.1%、『30歳代』（「30歳～34歳」 + 「35歳～39歳」）は11.1%、『40歳代』（「40歳～44歳」 + 「45歳～49歳」）は5.6%、『50歳代』（「50歳～54歳」 + 「55歳～59歳」）は11.2%、『60歳代以上』（「60歳～64歳」 + 「65歳以上」）は44.5%となっており、30歳代以下の年代と『60歳代以上』の年代の2つの群で高い割合となっている。

## 45 家族がひきこもりの状態になってからの期間

Q45 その方が現在の状態となってどのくらい経ちますか。(○はひとつだけ)

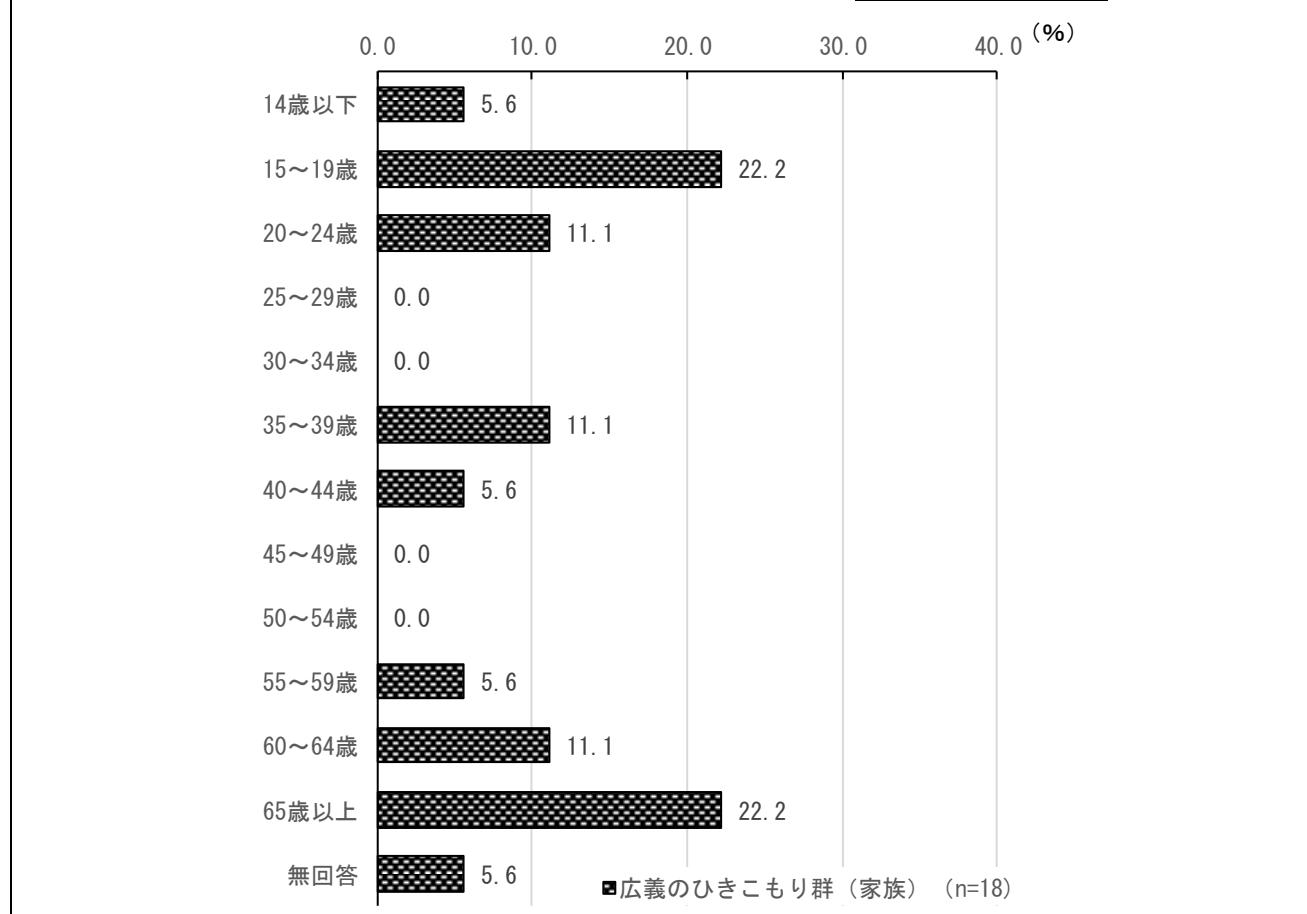


家族がひきこもりの状態になってからの期間については、「2年～3年未満」(22.2%)、「5年～7年未満」「10年～15年未満」(ともに16.7%)、「1年～2年未満」「3年～5年未満」「7年～10年未満」(すべて11.1%)、「6か月～1年未満」「20年～25年未満」(ともに5.6%)と、幅広い区分に分布している。

### III 調査の結果

#### 46 家族が初めてひきこもりの状態になった年齢

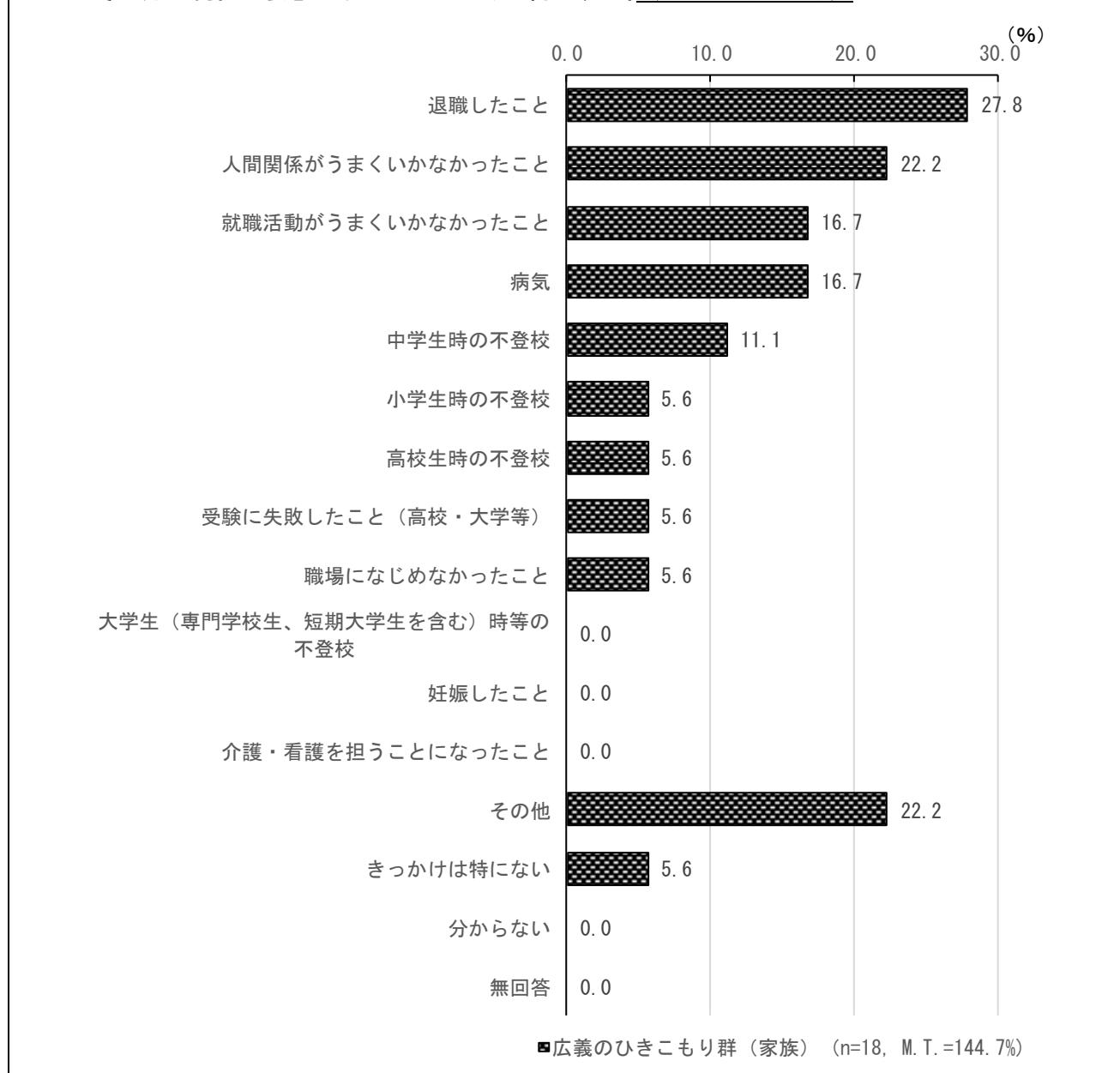
Q46 その方が初めて現在の状態になったのは、何歳の頃ですか。(数字で具体的に)



家族が初めてひきこもりの状態になった年齢については、「15~19歳」「65歳以上」がともに22.2%と最も高く、次いで「20~24歳」「35~39歳」「60~64歳」(すべて11.1%)、「14歳以下」「40~44歳」「55~59歳」(すべて5.6%)の順になっている。

## 47 家族がひきこもりの状態になったきっかけ

## Q47 その方が現在の状態になったきっかけは何ですか。(○はいくつでも)

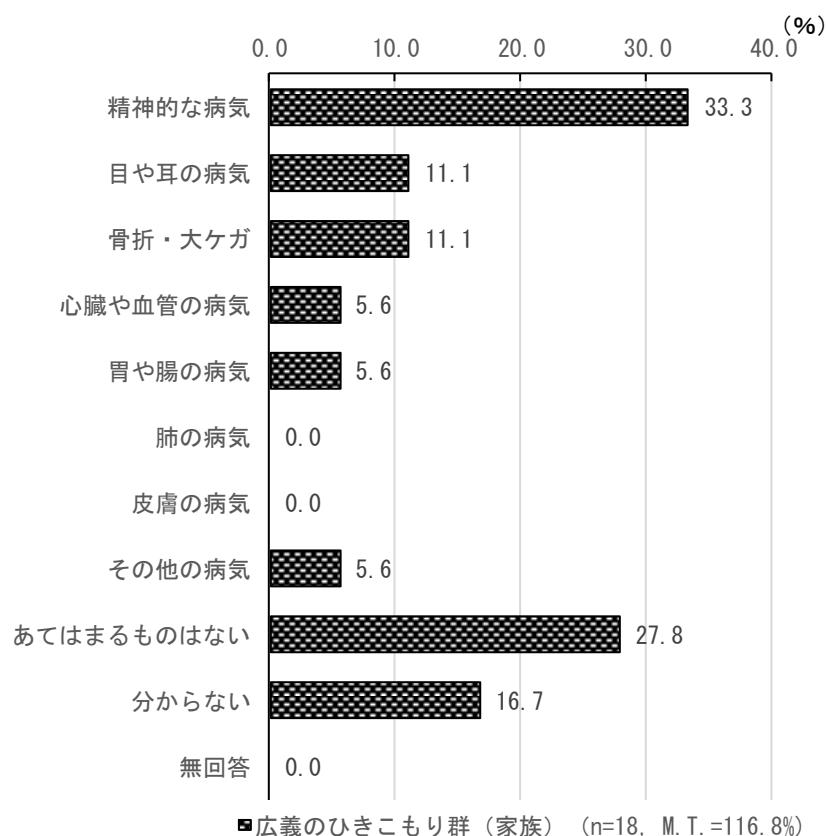


家族がひきこもりの状態になったきっかけについては、「退職したこと」(27.8%)、「人間関係がうまくいかなかったこと」(22.2%)、「就職活動がうまくいかなかったこと」「病気」(ともに16.7%)、「中学生時の不登校」(11.1%) の順になっている。

### III 調査の結果

#### 48 家族の通院・入院経験のある病気やけが

Q48 その方はこれまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことのある病気につけてください。(○はいくつでも)



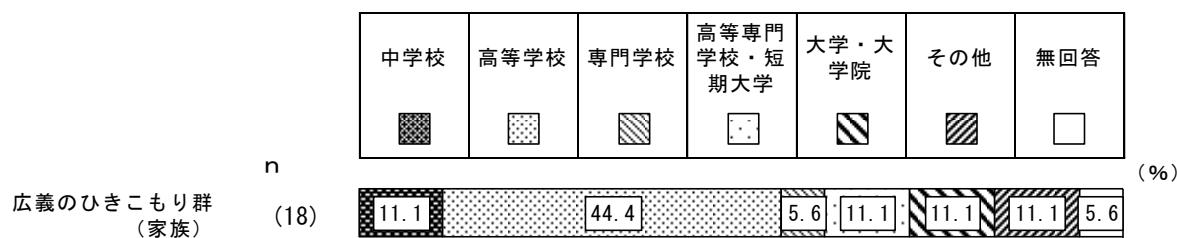
家族の通院・入院経験のある病気やけがについては、「あてはまるものはない」(27.8%) と「分からぬ」(16.7%) を除くと、「精神的な病気」(33.3%)、「目や耳の病気」「骨折・大ケガ」(ともに11.1%) の順になっている。

## 49 家族の通学状況

Q49 その方は現在、学校に通っていますか。(○はひとつだけ)

家族の通学状況については、「すでに卒業している」(77.8%)、「中退した」(14.3%)、「現在、在学している」(9.5%)の順になっている。

## 50 家族の卒業・在学中の学校

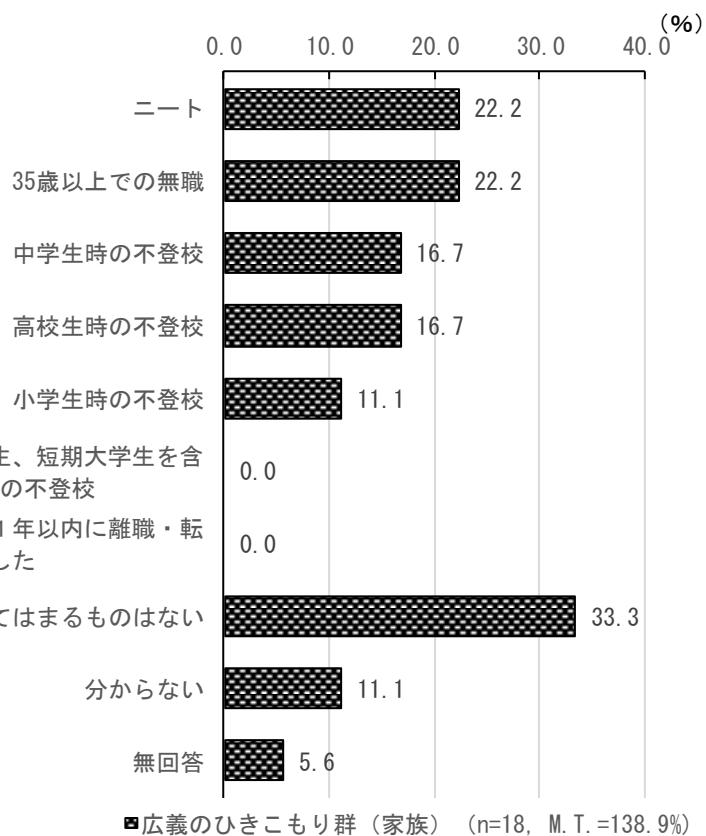
Q50 その方が最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。  
(○はひとつだけ)

家族の卒業・在学中の学校については、「高等学校」(44.4%)、「中学校」「高等専門学校・短期大学」「大学・大学院」「その他」(すべて11.1%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### 51 家族のこれまでの経験

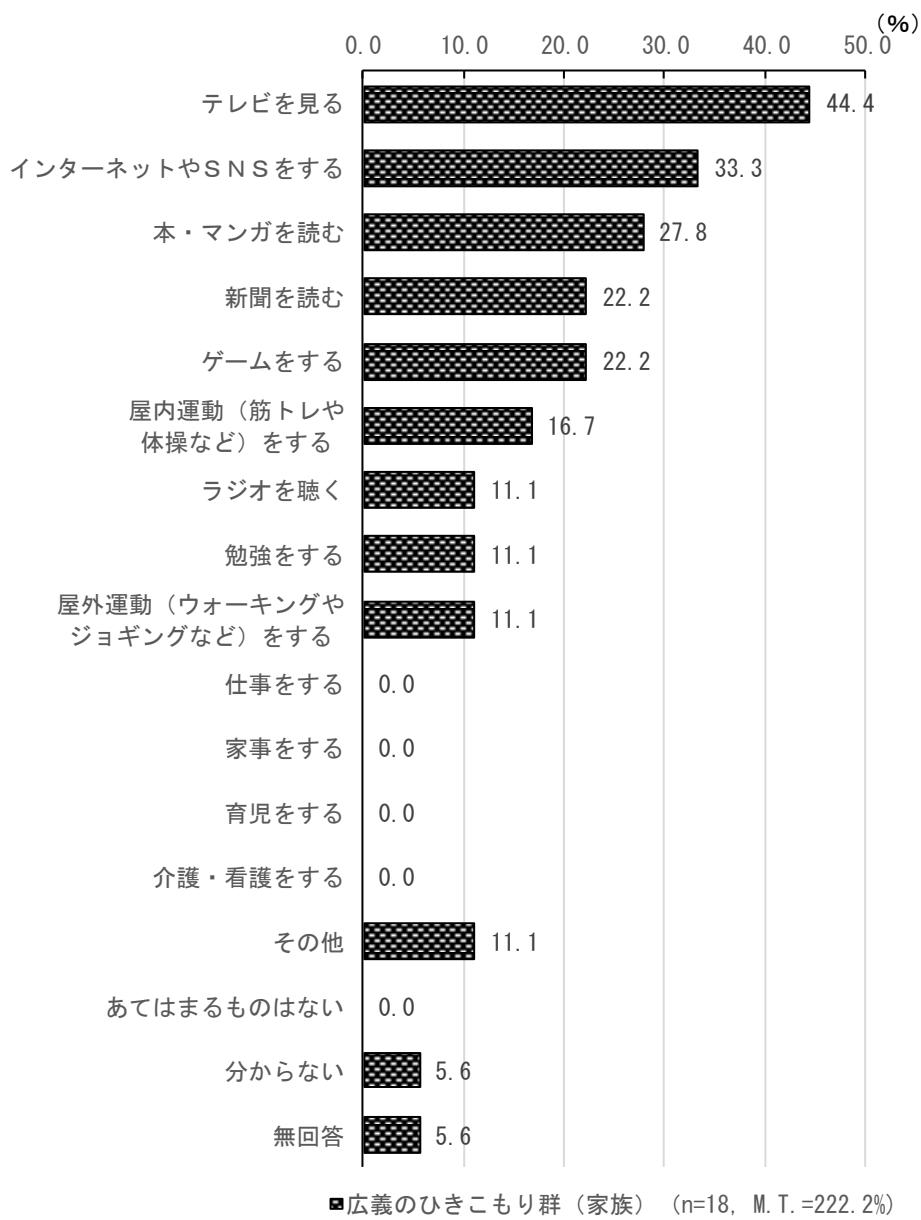
Q51 その方はこれまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)



家族のこれまでの経験については、「あてはまるものはない」(33.3%)と「わからない」(11.1%)を除くと、「ニート」「35歳以上での無職」(ともに22.2%)、「中学生時の不登校」「高校生時の不登校」(ともに16.7%)の順になっており、不登校関係よりも就職関係の方が高い割合となっている。

## 52 家族がふだん自宅でよくしていること

Q52 その方がふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。  
(○はいくつでも)

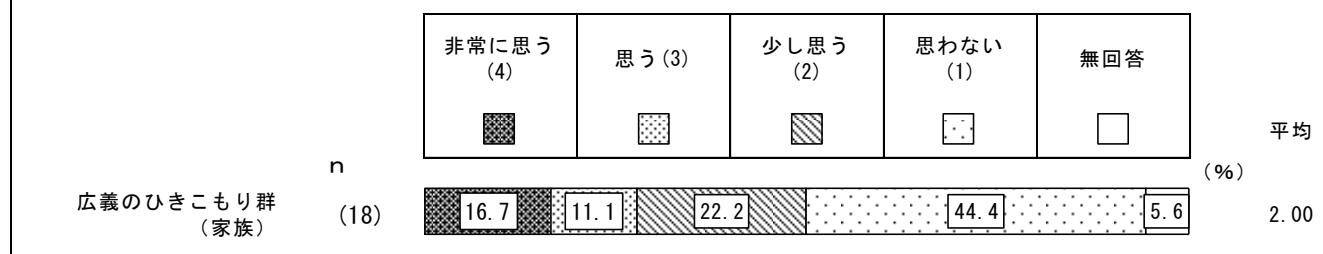


家族がふだん自宅でよくしていることについては、「テレビを見る」(44.4%)、「インターネットやSNSをする」(33.3%)、「本・マンガを読む」(27.8%)、「新聞を読む」「ゲームをする」(ともに22.2%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### 53 家族のひきこもりの状態について関係機関に相談したいか

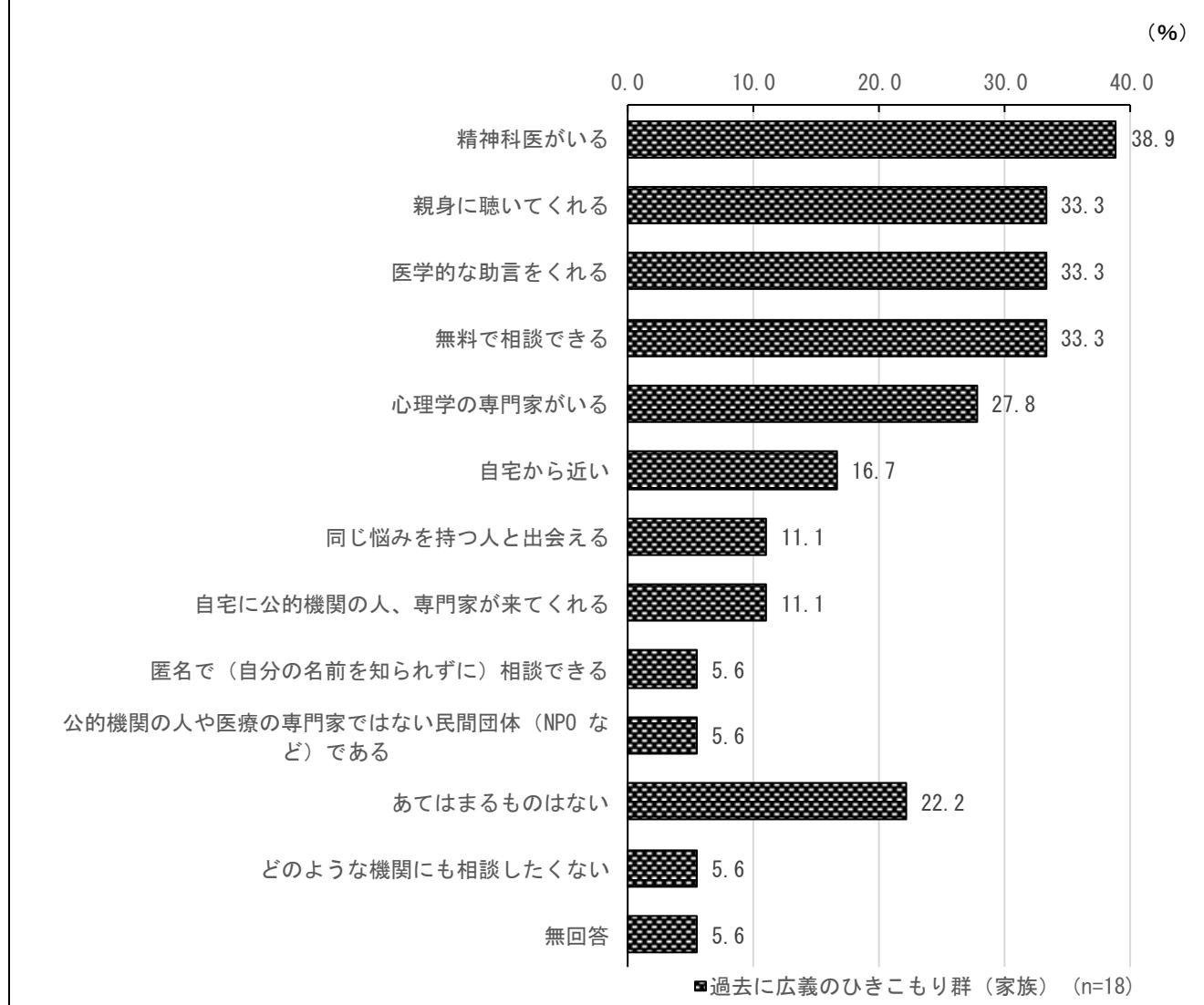
Q53 あなたは、その方の現在の状態について、関係機関（家族以外に相談できる専門家や支援機関など）に相談したいと思いますか。（〇はひとつだけ）



家族のひきこもりの状態について関係機関に相談したいかについては、『思う』（「非常に思う」 + 「思う」 + 「少し思う」）が50.0%と、「思わない」（44.4%）よりも5.6ポイント高い割合となっている。

## 54 家族のひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか

Q54 現在の状態について、関係機関に相談するとすれば、どのような機関になら相談したいと思いますか。(○はいくつでも)

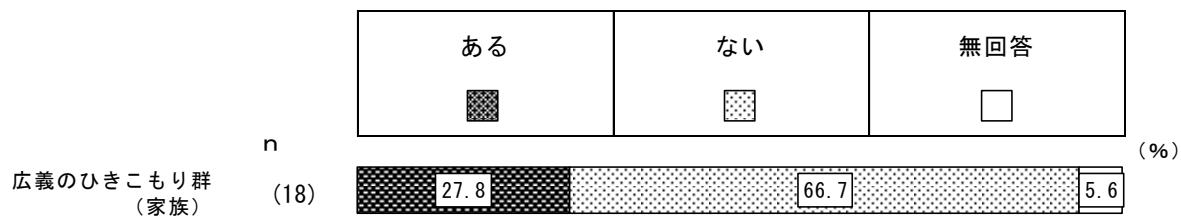


家族のひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいかについては、「精神科医がいる」が38.9%と最も高く、次いで「親身に聴いてくれる」「医学的な助言をくれる」「無料で相談できる」(すべて33.3%)、「心理学の専門家がいる」(27.8%)の順になっている。

### III 調査の結果

#### 55 家族について関係機関に相談した経験

Q55 あなたは、その方の現在の状態について、関係機関に相談したことはありますか。  
(○はひとつだけ)

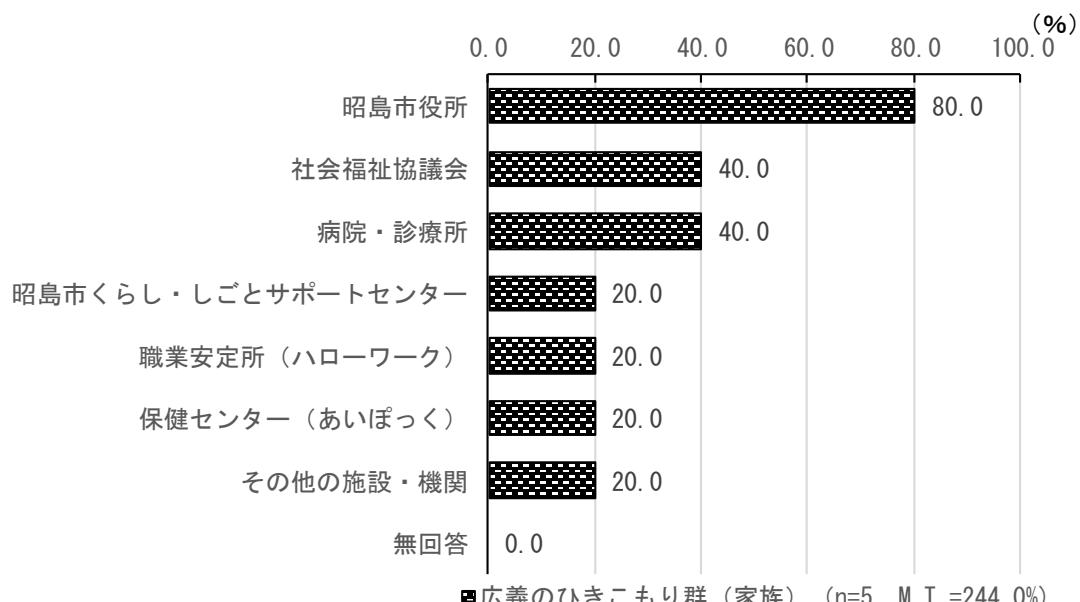


家族について関係機関に相談した経験については、「ある」が27.8%となっている。

#### 56 家族について相談した機関

【Q55で「1」に○をつけた方のみ、Q56～Q57にお答えください。】

Q56 どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことのある機関に○をつけてください。  
(○はいくつでも)



※回答者がいなかった項目については、上記の図表から除外している。

家族について相談した機関については、「昭島市役所」(80.0%)、「社会福祉協議会」「病院・診療所」(ともに40.0%)、「昭島市くらし・しごとサポートセンター」「職業安定所(ハローワーク)」「保健センター(あいぽっく)」「その他の施設・期間」(すべて20.0%)の順になっている。

## 57 家族について相談した結果

## Q57 相談機関に相談した結果について、どのようにお考えですか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答は原文のまま記載しているが個人が特定できないよう加工している。

別の機関を紹介されただけで意味がなかった。

当初1年は面談とかあったが、今は何もない支援はない。面談の時は話せてよかったですと思うが、きっとお忙しいのだろう。進展もなかったから、結果もでなかったからかとも思う。

要介護1となりましたが少しでも元気に生きていてほしいと思います。

不自由な所が複数あるが1つ1つは障害には該当しないので手帳もとれず福祉も使えないでの将来が不安である。

## 市民の生活状況に関する調査

(ひきこもりに関する実態調査)

### 調査票

#### 【ご回答にあたつてのお願い】

- この調査は、封筒の宛名のご本人様がご回答ください。
  - 回答にかかる時間は8分から20分程度です。
  - 質問の番号や指示にそつて、ご回答をお願いします。
- (1) 質問によつて、「○はひとつだけ」「○はいくつても」などと○をつける数を指定しますので、その範囲内でご回答ください。
- (2) 「その他」にあてはまる場合は、( ) 内にできるだけ具体的にその内容をご記入ください。
- (3) 質問の中には、一部の方にだけお聞きする質問もありますので、その場合は矢印の指示 ( → ) や質問文冒頭の指示等にそつてお答えください。
4. ご回答には、鉛筆またはボールペンをご使用ください。

#### 【インターネットによるご回答のご案内】

本調査は、インターネットによるご回答も可能です。

以下のURLを直接ご入力いただきかQRコードを読み込み、画面の指示にそつて、下記の『ID』と『パスワード』を入力後、各設問にご回答ください。

- URL : <https://lgn.research-cncg.com/index.php/797293?lang=jp>
- ID : 
- パスワード :

※インターネットでご回答いただいた場合は、調査票の郵送は不要です。

#### ●和令5年12月15日(金)までに調査票を返信用封筒(切手不要)に入れてて

ご投函いただくか、インターネットでのご回答をお願いいたします。

※返信用封筒に、お名前・住所の記入は必要ありません。

#### 【この調査についてのお問い合わせ先】

【調査依頼機関】 昭島市保健福祉部福利課総務課担当  
東京都昭島市田中町1-17-1

電話 : 042-544-5111 内線2855

【調査実施機関】 株式会社CNCグループ

東京都千代田区神田錦町3-7-4 7F

#### 【Q1～Q11はすべての方がお答えください。】

Q1 あなたの性別をお答えください。(○はひとつだけ)

1 男性

2 女性

3 その他・答えたくない

#### Q2 あなたの年齢(令和5年10月1日現在)をお答えください。(○はひとつだけ)

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1 15歳～19歳 | 6 40歳～44歳  |
| 2 20歳～24歳 | 7 45歳～49歳  |
| 3 25歳～29歳 | 8 50歳～54歳  |
| 4 30歳～34歳 | 9 55歳～59歳  |
| 5 35歳～39歳 | 10 60歳～64歳 |

#### Q3 現在、あなたと同居している方に○をつけてください。(○はいくつでも)

- |         |       |                 |
|---------|-------|-----------------|
| 1 父     | 4 祖父母 | 7 孫             |
| 2 母     | 5 配偶者 | 8 その他の人         |
| 3 きょうだい | 6 子   | 9 同居家族はない(単身世帯) |

Q4 現在、同居している人は合計で何人ですか。あなたも含めた人数を記入してください。

(数字で具体的に、Q3で「9 同居家族はない(単身世帯)」と回答した場合は「1人」と記入してください。)

Q5 あなたの家の生計を立てているのは、主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にしてくれている人をお答えください。

- (○はひとつだけ)
- |          |              |                |
|----------|--------------|----------------|
| 1 あなたの自身 | 5 きょうだい      | 9 生活保護などを受けている |
| 2 父      | 6 子          | 10 その他         |
| 3 母      | 7 他の家族や親戚    | (具体的に :        |
| 4 配偶者    | 8 年金などを受けている | )              |

Q6 あなたの家の暮らし向き(衣・食・住・レジャーなどの物質的な生活水準)は、世間一般と比べてみて、どれにあたると思われますか。あなたの実感でお答えください。

#### (○はひとつだけ)

- |       |       |       |
|-------|-------|-------|
| 1 上の上 | 4 中の上 | 7 下の上 |
| 2 上の中 | 5 中の中 | 8 下の中 |
| 3 上の下 | 6 中の下 | 9 下の下 |

Q 7 あなたはこれまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことのある病気やけがで通つてください。(○はいくつでも)

- 1 心臓や血管の病気
- 2 肺の病気
- 3 胃や腸の病気
- 4 精神的な病気
- 5 目や耳の病気
- 6 皮膚の病気
- 7 骨折・大ケガ
- 8 その他の病気
- 9 あてはまるものはない

Q 8 あなたは現在、学校に通つていますか。(○はひとつだけ)

- 1 現在、在学している
- 2 すでに卒業している
- 3 中退した
- 4 休学中である

Q 9 あなたが最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。(○はひとつだけ)

- 1 中学校
- 2 高等学校
- 3 専門学校
- 4 高等専門学校・短期大学
- 5 大学・大学院
- 6 その他

Q 10 あなたはこれまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

- 1 小学生時の不登校
- 2 中学生時の不登校
- 3 高生時の不登校
- 4 大学生（専門学校生、短期大学生を含む）時等の不登校
- 5 ニート（15歳から34歳までの間に就学、就労、職業訓練のいずれも行っていない状態があつた）
- 6 初めての就職から1年以内に離職・転職した
- 7 35歳以上での無職
- 8 あてはまるものはない

Q 11 あなたが不登校になつたきっかけは何ですか。(○はいくつでも)

- 1 友人関係
- 2 学習面
- 3 いじめ
- 4 家庭の問題
- 5 生活リズムの乱れ
- 6 先生との関係
- 7 部活動
- 8 その他
- 9 きっかけは特にない

【Q12はすべての方がお答えください。】

Q 12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。(○はひとつだけ)

- 1 勤めている（正社員）
- 2 勤めている（契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト（学生のアルバイトは除く））
- 3 自営業・自由業
- 4 学生（予備校生を含む）
- 5 派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない
- 6 専業主婦・主夫
- 7 家事手伝い
- 8 無職
- 9 その他
- 10 具体的に：

【Q12で「5～8」に○をついた方のみ、Q13～Q15にお答えください。】

Q 13 あなたはいままでに働いていたことがありますか。(○はいくつでも)

- 1 正社員として働いたことがあります
- 2 契約社員、派遣社員又はパート・アルバイトとして働いたことがあります（学生時代の経験は含めません）
- 3 自営業・自由業をしたことがあります
- 4 その他の形態で働いたことがあります
- 5 具体的に：

- Q 14 あなたは現在、就職または進学を希望していますか。どちらもも希望している場合は、より希望する方をお答えください。(○はひとつだけ)
- 1 就職希望
  - 2 進学希望
  - 3 どちらもも希望していない
  - 4 いままで働いたことはない

- Q 15 あなたは現在、就職活動をしていますか。(○はひとつだけ)
- 1 している
  - 2 していない

【Q16～Q18はすべての方がお答えください。】

Q 16 あなたががんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

- 1 テレビを見る
- 2 ラジオを聞く
- 3 本・マンガを読む
- 4 新聞を読む
- 5 インターネットやSNSをする
- 6 ゲームをする
- 7 無理をする
- 8 仕事をする
- 9 家事をする
- 10 育児をする
- 11 介護・看護をする
- 12 屋外運動（ウォーキングやジョギングなど）をする
- 13 屋内運動（筋トレや体操など）をする
- 14 その他
- 15 あてはまるものはない
- 16 具体的に：

Q17 あなたが、以下にあけられた通信手段の中で、ふだん利用しているものすべてに○をつけ  
てください。(○はいくつでも)

- 1 固定電話
- 2 ファックス
- 3 携帯電話・スマートフォンでの通話 (LINEなどのアプリによる通話を含む)
- 4 携帯電話・スマートフォンでのメール
- 5 パソコンでのメール
- 6 チャット (LINEなどのアプリによるものを含む) またはメッセンジャー
- 7 ウェブサイト (電子掲示板、ウェブログを含む) の閲覧・書き込み
- 8 ソーシャル・ネットワーキング・サービス (Facebook、X (旧Twitter) など) の閲覧・書き込み
- 9 オンライン・ゲーム
- 10 あてはまるものはない

Q18 あなたは、ふだんどのくらい外出しますか。(○はいくつだけ)

- 1 仕事や学校で平日は毎日外出する
- 2 仕事や学校で週に3～4日外出する
- 3 遊び等で頻繁に外出する
- 4 人づきあいのためにときどき外出する
- 5 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する
- 6 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
- 7 自室から出るが、家からは出ない
- 8 自室からほどんど出ない

(8ページのQ29にお進みください。)

【Q18で「5～8」に○をつけた方のみ、Q19～Q28にお答えください。】

Q19 現在の状態どなつてどのくらい経ちますか。(○はいくつだけ)

- 1 6か月未満
- 2 6か月～1年未満
- 3 1年～2年未満
- 4 2年～3年未満
- 5 3年～5年未満
- 6 5年～7年未満
- 7 7年～10年未満
- 8 10年～15年未満
- 9 15年～20年未満
- 10 20年～25年未満
- 11 25年～30年未満
- 12 30年以上

(次ページのQ26にお進みください。)

Q22 最近6か月間に家族以外の人と会話をしましたか。(○はひとつだけ)

- 1 よく会話をした
- 2 ときどき会話をした
- 3 (ほとんど)会話をしなかった
- 4 まったく会話をした

Q23 現在の状態について、関係機関 (家族以外に相談できる専門家や支援機関など) に相談したいと思いますか。(○はひとつだけ)

- 1 非常に思う
- 2 思う
- 3 少し思う
- 4 思わない

Q24 現在の状態について、関係機関に相談するすれば、どのような機関なら、相談したいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 病身に聴いてくれる
- 2 医学的な助言をくれる
- 3 心理学の専門家がいる
- 4 精神科医がいる
- 5 同じ悩みを持つ人と出会える
- 6 匿名で (自分の名前を知られずに) 相談できる
- 7 無料で相談できる
- 8 公的機関の人や医療の専門家ではない民間団体 (NPOなど) である
- 9 自宅に公的機関の人、専門家が来てくれる
- 10 自宅から近い
- 11 あてはまるものはない
- 12 どのような機関にも相談したいく  
ない

(8ページのQ26にお進みください。)

【Q24で「12」に○をつけた方のみ、Q25にお答えください。】

Q25 相談したくないと思う理由は何ですか。(○はいくつでも)

- 1 自分のことを知られたくない
  - 2 相談しても解決できないと思う
  - 3 何を聞かれるか不安に思う
  - 4 相手にうまく話せないとと思う
  - 5 相談したことを人に知られたくない
  - 6 お金がかかると思う
- 〔具体的に: 7 相談機関が近くにない  
8 その他  
9 特に理由はない〕

(→次ページのQ26にお進みください。)

Q20 あなたが初めて現在の状態になつたきつかけは何ですか。(○はいくつだけ)

Q21 あなたが現在の状態になつたきつかけは何ですか。(○はいくつでも)

- 1 小学生時の不登校
- 2 中学生時の不登校
- 3 高校生時の不登校
- 4 大学生 (専門学校生、短期大学生を含む) 時等の不登校
- 5 受験に失敗したこと (高校・大学等)
- 6 就職活動がうまくいかなかつたこと
- 7 職場になじめなかつたこと
- 8 人間関係がうまくいかなかつたこと
- 9 痴氣
- 10 妊娠したこと
- 11 退職したこと
- 12 介護・看護を担当することになつたこと
- 13 その他
- 14 きっかけは特にない
- 15 分からない

Q26 現在の状態について、関係機関に相談したことありますか。(○はひとつだけ)

1 ある  2 ない

(9ページのQ34にお進みください。)

Q26で「1」に○をつけた方のみ、Q27～Q28にお答えください。)  
Q27 どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことのある機関に○をつけてください。(○はいくつでも)

- 1 昭島市くらし・しごとサポートセンター
- 2 東京都ひきこもりサポートネット
- 3 地域包括支援センター
- 4 社会福祉協議会
- 5 民生委員・児童委員
- 6 地域若者サポートステーション
- 7 職業安定所(ハローワーク)
- 8 精神保健福祉センター
- 9 保健所
- 10 保健センター(あいぼっく)
- 11 病院・診療所
- 12 昭島市役所
- 13 教育福祉総合センター(アキシマエンシス)
- 14 昭島市内の当事者の会・家族会
- 15 昭島市以外の当事者の会・家族会
- 16 1～15以外の民間の相談機関・支援機関(NPO等)
- 17 その他の施設・機関
- 18 具体的に:

Q28 相談機関に相談した結果について、どのようにお考えですか。ご自由にお書きください。

- (→9ページのQ34にお進みください。)

[Q18で「1～4」に○をつけた方のみ、Q29にお答えください。]

Q29 あなたは、過去に6か月以上連続して、以下のような状態になつたことはありますか。(○はひとつだけ)

- 1 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する
- 2 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける
- 3 自室から出るが、家からは出ない
- 4 自室からほとんど出ない

(次ページのQ34にお進みください。)

[Q29で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30～Q33にお答えください。]  
Q30 あなたのその状態はどれくらい続きましたか。(○はひとつだけ)

- 1 6か月～1年未満
- 2 1年～2年未満
- 3 2年～3年未満
- 4 3年～5年未満
- 5 5年～7年未満
- 6 7年～10年未満
- 7 10年～15年未満
- 8 15年～20年未満
- 9 20年～25年未満
- 10 25年～30年未満
- 11 30年以上

Q31 あなたが初めてその状態になつたのは、何歳の頃ですか。  
(数字で具体的に)

□□□歳

Q32 あなたがその状態になつたきっかけは何でしたか。(○はいくつでも)

- 1 小学生時の不登校
- 2 中学生時の不登校
- 3 高生時の不登校
- 4 大学生(専門学校生、短期大学生を含む)時等の不登校
- 5 受験に失敗したこと(高校・大学等)
- 6 就職活動がうまくいかなかつたこと
- 7 職場になじめなかつたこと
- 8 人間関係がうまくいかなかつたこと
- 9 病気
- 10 妊娠したこと
- 11 退職したこと
- 12 介護・看護を担当すること
- 13 その他
- 14 具体的に:

- 14 きっかけは持っていない
- 15 分からない

Q33 あなたが、その状態から、Q18で回答した現在の状態になつたきっかけや役立ったことは何だと思いますか。ご自由にお書きください。

(→次ページのQ34にお進みください。)

【Q34～Q41はすべての方がお答えください。】

Q34 次にあげられたことについて、あなたはここ1か月の間にどのくらいの頻度で感じました。

(○は各項目につき、ひとつ)

(1) 身の回りのことは家族がしている

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(2) 食事や掃除は家族がしている

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(3) 朝、決まった時間に起きられる

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(4) 深夜まで起きていることが多い

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(5) 昼夜逆転の生活をしている

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(6) 新聞の政治や経済・社会報道によく目を通す

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(7) 自分の周囲には理不尽と思うことがたくさんある

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(8) 誰とも口を利かずに過ごす日が多い

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(9) 人と会話をするのはわざわしい

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(10) 過去の知り合いや縁前に信頼できる人はいない

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(11) 自分の精神状態は健康ではないと思う

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(12) 自分の今の状態について考えることがよくある

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(13) 自分の健康状態について考えることがよくある

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

(14) 健康状態に不安を感じた時に病院等に検査に行くことがよくある

1 はい 2 どちらかといえは、はい 3 どちらかといえは、いいえ 4 いいえ

Q35 次にあげられたことについて、あなたはここ1か月の間にどのくらいの頻度で感じましたか。(○は各項目につき、ひとつ)

(1) 神経過敏に感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(2) 絶望的だと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(4) 気分が沈み込んで、何か起こつても気が晴れないように感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(5) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(6) 自分は価値のない人間だと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(7) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(8) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(9) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(10) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(11) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(12) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(13) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

(14) 何をするのも骨折りだと感じましたか

1 いつも 2 たいてい 3 ときどき 4 少しだけ 5 まったくない

Q36 あなたのご家族にあてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

1 私の家族は温かい

2 家族ほどよく話をしている

3 私たち家族は、仲がよいと思う

4 家族から十分に愛されていると思う

5 あてはまるものはない

6 学校の先生

7 職場の同僚・上司

8 カウンセラー・精神科医

Q37 あなたは、ふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか。(○はいくつだけ)

1 非常に思う 2 思う 3 少し思う 4 悲わない

Q38 あなたは、ふだん悩み事を誰かに相談しますか。(○はいくつでも)

1 親 2 きょうだい 3 友人・知人 4 配偶者 5 祖父母 6 学校の先生 7 職場の同僚・上司 8 カウンセラー・精神科医

9 都道府県・区市町村などの専門機関の人 10 ネット上の知り合い 11 近所の人 12 その他の人

13 誰にも相談しない

Q39 現在、昭島市では、身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方たちへの支援の方を検討しています。こうした支援のあり方について、ご意見があれば、自由にお書きください。

ここからはQ41の「5～8」のいずれかに該当する同居のご家族等（以下、その方）についてお答えください。  
※該当する方が2人以上いる場合は、その状態が一番長く続いている方についてお答えください。

Q40 現在や将来のことについて、不安に思うことをご自由にお書きください。

Q41 同居するご家族等についてお聞きします。その方は、ふだんどのくらい外出しますか。  
同居する家族等が複数いて、5～8に該当する方がいる場合は、そちらの方についてお答えください。（○はひとつだけ）

※同居するご家族等：父、母、きょうだい、祖父母、配偶者、子、その他の人  
※該当する方が2人以上いる場合は、その状態が一番長く続いている方についてお答えください。

- 1 仕事や学校で平日は毎日外出する  
2 仕事や学校で週に3～4日外出する  
3 遊び等で頻繁に外出する  
4 人づきあいのためにときどき外出する
- 5 ふだんは家にいるが、自分の趣味に  
関する用事のときだけ外出する  
6 ふだんは家にいるが、近所のコンビニ  
などには出かける  
7 自室から出るが、家からは出ない  
8 自室からほとんど出ない

【質問は以上で終了です。  
ご協力いただきまして、  
誠にありがとうございました。】

（次ページのQ42にお進みください。）

Q42 あなたから見たその方との続柄（○はひとつだけ）

1 父	4 祖父母	7 孫
2 母	5 配偶者	8 その他の人
3 きょうだい	6 子	

Q43 その方の性別をお答えください。（○はひとつだけ）

1 男性	2 女性	3 その他・答えたくない
------	------	--------------

Q44 その方の年齢（令和5年10月1日現在）をお答えください。（○はひとつだけ）

1 15歳未満	5 30歳～34歳	9 50歳～54歳
2 15歳～19歳	6 35歳～39歳	10 55歳～59歳
3 20歳～24歳	7 40歳～44歳	11 60歳～64歳
4 25歳～29歳	8 45歳～49歳	12 65歳以上

Q45 その方が現在の状態となつてどのくらい経ちますか。（○はひとつだけ）

1 6か月末満	5 3年～5年未満	9 15年～20年末満
2 6か月～1年末満	6 5年～7年未満	10 20年～25年末満
3 1年～2年末満	7 7年～10年末満	11 25年～30年末満
4 2年～3年末満	8 10年～15年末満	12 30年以上

Q46 その方が初めて現在の状態になつたのは、何歳の頃ですか。（数字で具体的に）

□□□歳

Q47 その方が現在の状態になつたきっかけは何ですか。（○はいくつでも）

1 小学生時の不登校	9 病気
2 中学生時の不登校	病名：
3 高生時の不登校	
4 大学生（専門学校生、短期大学生を含む） 時等の不登校	10 妊娠したこと
5 受験に失敗したこと（高校・大学等）	11 退職したこと
6 就職活動がうまくいかなかったこと	12 介護・看護を担うことになったこと
7 職場にはじめながらつたこと	13 その他
8 人間関係がうまくいかなかったこと	具体的に：
9 きつかけは特にない	14 きつかけは特にない
10 分からない	15 分からない

Q48 その方はこれまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことのある病気に○をつけてください。 (○はいくつでも)

1 心臓や血管の病気	6 皮膚の病気
2 肺の病気	7 骨折・大ケガ
3 胃や腸の病気	8 その他の病気
4 精神的な病気	9 あてはまるものはない
5 目や耳の病気	10 分からない

Q49 その方は現在、学校に通っていますか。 (○はひとつだけ)

1 現在、在学している	3 中退した
2 すでに卒業している	4 休学中である

Q50 その方が最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。 (○はひとつだけ)

1 中学校	4 高等専門学校・短期大学
2 高等学校	5 大学・大学院
3 専門学校	6 その他

Q51 その方はこれまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものにすべて○をつけてください。 (○はいくつでも)

1 小学生時の不登校	6 初めての就職から1年以内に離職・転職した
2 中学生時の不登校	7 35歳以上の無職
3 高校生時の不登校	8 あてはまるものはない
4 大学生（専門学校生、短期大学生を含む）時の不登校	9 分からない
5 ニート（15歳から34歳までの間に就学、就労、職業訓練のいずれも行っていない状態があつた）	10 その他の施設・機関

Q52 その方がふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。 (○はいくつでも)

1 テレビを見る	10 育児をする
2 ラジオを聞く	11 介護・看護をする
3 本・マンガを読む	12 屋外運動（ウォーキングやジョギングなど）をする
4 新聞を読む	13 屋内運動（筋トレや体操など）をする
5 インターネットやＳＮＳをする	14 その他
6 ゲームをする	15 あてはまるものはない
7 勉強をする	16 分からない
8 仕事をする	
9 家事をする	

Q53 あなたは、その方の現在の状態について、関係機関（家族以外に相談できる専門家や支援機関など）に相談したいと思いますか。 (○はひとつだけ)

1 非常に思う	2 思う	3 少し思う	4 思わない
---------	------	--------	--------

Q54 現在の状態について、関係機関に相談するにすれば、どのような機関になら相談したいと思われますか。 (○はいくつでも)

1 親身に聴いてくれる	7 無料で相談できる
2 医学的な助言をくれる	8 公的機関の人や医療の専門家ではない民間団体（NPOなど）である
3 心理学の専門家がいる	9 民宅に公的機関の人、専門家が来てくれる
4 精神科医がいる	10 自宅から近い
5 同じ悩みを持つ人と出会える	11 あてはまるものはない
6 匿名で（自分の名前を知られずに）相談できる	12 どのような機関にも相談したくない

Q55 あなたは、その方の現在の状態について、関係機関に相談したことありますか。相談したことがない方はその理由を具体的にお書きください。 (○はひとつだけ)

1 ある	2 ない
------	------

相談しなかった理由：

【質問は以上で終了です。】

Q56 どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことのある機関に○をつけてください。 (○はいくつでも)

1 昭島市くらし・じごとサポートセンター	11 病院・診療所
2 東京都ひきこもりサポートネット	12 昭島市役所
3 地域包括支援センター	13 教育福祉総合センター（アキシマエンシス）
4 社会福祉協議会	
5 民生委員・児童委員	14 昭島市内の当事者の会・家族会
6 地域若者サポートステーション	15 昭島市以外の当事者の会・家族会
7 職業安定所（ハローワーク）	16 1～15以外の民間の相談機関・支援機関（NPO等）
8 精神保健福祉センター	
9 保健所	17 その他の施設・機関
10 保健センター（あいぼっく）	〔具体的に：〕

Q57 相談機関に相談した結果について、どのようにお考えですか。ご自由にお書きください。

[質問は以上で終了です。ご協力いただきまして、誠にありがとうございました。]

市民の生活状況に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）  
報告書

□発行日／令和6年3月

□発行／昭島市

〒196-8511 東京都昭島市田中町一丁目17番1号

電話 042-544-5111（代表）内線2855

□集計・分析／株式会社CCNグループ

〒101-0045 東京都千代田区神田鍛冶町3-7-4 7F

この冊子は、印刷用の紙へリサイクルできます。